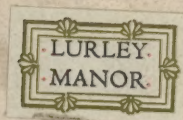


C. 5. 42

$\frac{5}{m}$

$\frac{r}{n}$



~~D. 5. 4~~



120

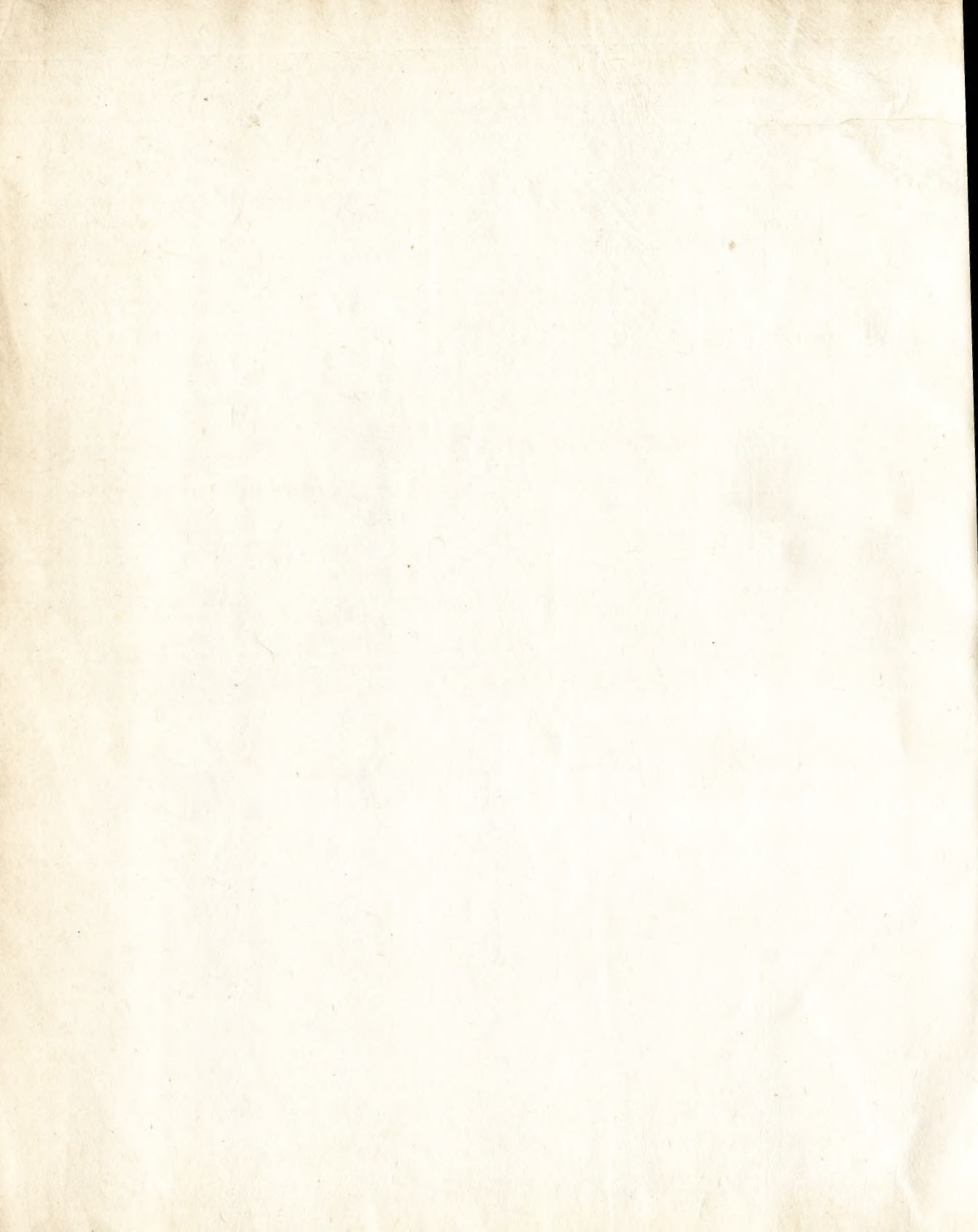
120
10

42

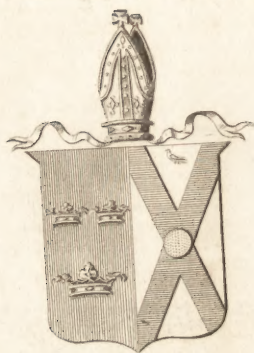
P. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16.

118. 119.

Land. 22







SUCCESSORIBUS SUI
IN
SEDE ELIENSI
LEGAVIT
PRÆSUL MUNIFICUS
HON. IACOBUS YORKE
MDCCCVIII.

HIERONYMI MERCVRIALIS
FOROLIVIENSIS
DE
ARTE GYMNASTICA
LIBRI SEX:

In quibus exercitationum omnium vetustarum genera, loca,
modi, facultates, & quidquid denique ad corporis hu-
mani exercitationes pertinet diligenter explicatur.

Editio novissima, aucta, emendata, & figuris authenticis
CHRISTOPHORI CORIOLANI exornata.



AMSTELODAMI,
Sumptibus ANDREÆ FRISII.
CLO IO C LXXII.

1672

Nobilissimo, Generosissimoque Viro,

D O M I N O


PETRO à SPREKELSEN,

Hæreditario in

D R O N E N B O R G , & S T E R N H O L M

A N D R E A S F R I S I V S

P. F.

 Vm suo, & aliorum fato luctantur, Nobilissime Vir, quotquot eruditorum hominum lucubrationes typis excudendas suscipiunt. Etenim, ut sumptus perquam graves, & mille curarum, quibus conflictantur genera tacitus præteream, usque adeo anceps & spinosum est hoc negotium, ut quid prius, quid posterius agendum sit, & quæ conatus tuos fortuna maneat, non magis scias, quam quæ imminentis anni futura sit tempestas: ita omnia ab incerto eventu, & quod longe magis ominosum est, à captu & arbitrio legentium dependent, quorum ut diversæ facultates, ita di-

DEDICATIO.

diversa quoque ingenia, & diversæ inclinationes sunt. His nihil nisi quod fumosam antiquitatem sapit, illis nisi quod novum est, & recens ab incude prodiit, nihil placet. Sunt qui seriis capiuntur, & omnia sua ad quæstum & humanæ usum vitæ componunt, nulla elegantiarum aut humanioris literaturæ cura, quibus animam facilius, quam nummos extorseris. Contra alii austerum hoc, & (ut ipsis videtur) servile vitæ genus dedignantes, circa amœnitates studiorum vagantur, & quidquid vel minus comptum, vel magis reconditum occurrit, non sine indignatione & supercilio transmittunt : cui hominum generi ne ipse quidem, si viveret, deliciarum arbiter Petronius satisfaceret. Nec desunt, qui ex sola inscriptione & titulo operis, de qualitate libri, haud secus ac Architecturæ & rerum ignari ex frontispicio domus de ejusdem interni constitutione, secure, nec sine applausu aliorum judicant. In hac tanta ingeniorum & sententiarum varietate aureos sibi montes, & communem lectorum omnium benevolentiam polliceri, id vero nihil aliud esset, quam cum ratione insanire. Quomocunque
tamen

D E D I C A T I O.

tamen hæc sese habeant, in ea semper fui sententia, ut exornandam esse eam quam nactus sum Spartam putarem: ideoque id egi sedulo, ut quidquid ex officina mea prodiret, quam minimo lectoris impendio publicis omnium usibus inservire posset: ac tantum abest ut laboris & instituti mei poeniteat, ut multo potius currenti mihi calcar additum sit, crescatque sub ipsa oneris gravitate propositi rectique tenax animus; & ne longa oratione tua tempora morer, en Tibi, Nobilissime Vir, nova veste donatum à me *Hieronymi Mercurialis de arte Gymnastica* tractatum, de cujus viri eruditione & præstantia, nunc tanto minus dico, quanto nomen ejusdem & fama erudito orbi magis innotuit. Et sane præstitimus in exornando hoc authore omne illud, quod præstari à nobis pro rei & subjectæ materiæ natura potuit. Sed enim cum omnia satis ex voto procederent, illa nos sollicitudo tenuit, quod cum ex hujus seculi more tanto operi, par dignitate patronus eligendus esset, cui hæ partes deferendæ essent, non satis constaret. Sed hunc quidem non levem scrupulum casus & benignior fortuna discussit. Etenim ex quo Nobilissimi *D. Kerckringii* beneficio

DEDICATIO.

neficio adspectu & alloquio Nob. T. frui mihi contigit, dici non potest quam me insignis tua comitas, & cuivis obvia humanitas affecerit. Et certe si suus virtuti honor debetur; si digna dignis tribuenda sunt, totus Tibi, Nobilissime Vir, quantus quantus est hic debebitur libellus, ut qui bonis artibus & animi generositate præclarum apud omnes nomen, & variis peregrinationibus id affectus es, ut simul linguas moresque populorum optime calleas, & quicquid ubique equestrium aliorumque exercitationum est, quasi proprium tuum in numero habeas. Accipe ergo Nobilissime Vir, ea qua polles humanitate & benevolentia id, quod jure tibi debitum sponte sua ad te properat, & ex qualitate operis officiosissimum animi nostri erga Nobil. T. affectum, & observantiam minime vulgarem dimetiendo, nos, quod facis, amare perge. Vale.

Dabantur Amstelodami Calend.

Januar. M. DC. LXXII.

ANDREAS FRISIUS

L. S.

Aliquot jam menses abierunt, ex quo Solerii de Pileo cæterisque capitis tegminibus, nec non Bossii de Toga Romana tractatus publico dedimus, facta spe, futurum, ut utrumque hunc Authorem brevi subsequeretur quovis encomio dignissimus Hieronymi Mercurialis de arte Gymnastica liber. Sed, ut quod verum est fatear, prope erat, ut me promissorum pœniteret, non tam ob ea quæ subinde occurrerunt impedimenta, quam quod exemplar, quo duce necessario utendum erat, plane expectationem meam falleret. Etenim incredibile dictu est, quam hic incuria typographi simul & correctoris à vera lectione recessum sit longius. Et quanquam diffiteri nemo possit, optimam esse eam editionem, quæ Venetiis anno M. DC. XLIV. curantibus Juntarum heredibus prodiit, quod ipsius Mercurialis auctum simul & emendatum autographum illis facem præluceret, si tamen Græca quæ passim occurrunt, respicias, quot apices, tot fere menda reperias. Nec multo minor in Latino textu correctorum socordia apparet, prorsus ut fatale Mercuriali fuisse videatur, cum operis luctari. Quomodocunque tamen hæc sese habeant, standum promissis, & liberanda fides fuit. Ergo collata, non sine improbo labore, anni M. D. LXIII^{mi} aliorumque codicum fide, quam licuit textui medicinam adhibuimus: citata auctorum nomina & loca, quæ nullo antea discrimine cernebantur, suis singula notis, & diversitate characteris ab ipso textu secrevimus, & res cum rebus, verba cum verbis, quantum in nobis fuit, contulimus; denique id egimus, ut aliquem apud te, benevole Lector, gratiæ locum curis nostris futurum confidamus. Ac figuras quidem ipsas quod attinet, non alias hic tibi & publico offerimus, quam quas insignis Antiquarius Pyrrhus Ligorius Mercuriali obtulit, maximorum cura artificum designatas,

* *

&

& quod caput rei est, manu Christophori Coriolani (cujus illustris apud Vasarium in suo de Pictoribus libro memoria extat) non sine maximis impensis ligno insculptas. Et harum quidem figurarum ut non leue artificium est, ita sors quoque minime vulgaris semper fuit. Etenim non paucos, cum in Italia degerem, videre mihi contigit, qui linguae Latinae rudes hoc solo figurarum artificio ducti, hunc librum aride & ambabus quod ajunt manibus venerabundi exciperent: Atque hujus rei gratia; ne quid dissimulem, charissimo fratri meo Joanni La Nou, eruditorum omnium fautori eximio, & bibliopolæ apud Venetos non postremo, debetur; cuius erga bonas artes affectu factum est, ut non minimam typographiæ & bibliopolii Juntarum partem, & inter alia hanc figurarum molem impensis haud sane levibus suam fecerit; quod ideo monere visum est, ne quis fucum fieri, & spurias Parisiensium misere detortas figuras pro authenticis Coriolani obtrudi sibi putet. Postremo, ne qua pars operis curam nostram & manum effugeret, in gratiam eorum, qui his talibus capiuntur, non Naumachix modo, qualem Onuphrius Panvinus, in suo de ludis Circensibus tractatu eam nobis exhibuit; sed utriusque etiam Amphitheatri, Titiani scilicet & Veronenſis ideam, qualem tempus edax rerum eam hætenus nobis conservat, exhibemus, adjectis in usum capitis XI. libri II. saltantium supra utres oleo unctos, & in usum capitis IV. libri III. gladiatorum depugnantium figuris, quarum hæc Lipsio, illa Liceto, vel si mavis Petro Stephanonio debetur. Atque hæc sunt, Lector benevole, quæ in adornanda hac editione præstitimus, aut certe præstare conati sumus. Quod si non omne semper & ubique punctum tulimus, non ab unius omnia typographi arbitrio dependere, sed suum etiam operis ingenium esse puta, quarum pervicacia, ne quid gravius dicam, haud raro fit, ut cum amphoram intendas, currente rota urceus exeat. Nulli tamen dubitamus quin leviora sint, si qua forte invitis nobis irrepserunt errata, quam ut æquus animus illis offendatur.

H I E R O N Y M I
M E R C V R I A L I S
D E
A R T E G Y M N A S T I C A
L I B E R P R I M V S.

C A P V T I.

De Principiis Medicinæ.

Quandiu Homines paucissimis rebus contenti lautas
mensas, & opipara convivia non cognoverunt, pro-
pinationisque post inductam paullatim consuetu-
dinem penitus ignorarunt, (id quod primis illis se-
culis extitisse memoriæ proditum est) morbi neque
apparuerunt, neque etiam eorum nomina innotuerunt, sicut
usque ad tempora Socratis distillationum, quas Græci κατάρψεις
dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum
esse tradidit * Plato : qua de re tunc temporis medicinæ aut
paucos omnino, aut nullos usus, nullaque principia extitisse
certum est : etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Ægy-
ptum multas herbas, multaque medicamenta habuisse. Post-
quam vero intemperantiæ nefanda lues, coquorum exquisitæ
artes, delicatissima epularum condimenta, vinorumque pe-
regrinæ temperaturæ inter homines irrepere, morborum simul
varia continuo genera succrescentia ad inveniendam medici-
nam eos coëgerunt : qua semper carere profecto licuisset, nisi
humana, vel potius ferina ingluvies, omnium vitiorum sobo-
les, ejus usum omnium maxime necessarium effecisset. Medi-
cina vero tametsi primo illo ortu rudis admodum incultaque
A fue-

* 3. de Re-
public.

^a In lib. qui
medicus in-
scribitur.

^b Lib. 29. c. 1.

fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus & ^a Galenus referunt) ægrotos palam exponebant, ut unusquisque quod utile, atque experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; posterioribus tamen seculis ab Æsculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenæos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosus, ac languentibus operam navans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignoravit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac totam mancam, nulloque modo perfectam esse posse perspexerint. Atque hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates ejus discipulus, qui curativæ morborum medicinæ conservatoriam valetudinis partem fere circa sana duntaxat corpora satagentem addere visi sunt, arbitantes non minus præclarum, atque artificiosum opus esse sanos homines à morbis præcavere, quam illos jam implicitos liberare: unde medicina, quæ antea semper quasi virgo fuerat, prægnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis ægritudinibus, tum sanis etiam conservandis præfecta est. An totam eam medicinæ partem, quæ & ad sanos, & ad victus rationem pertinet ex tabellulis, aliisve donariis, Æsculapii templo dicatis Hippocrates conflaverit: an vero solam in curandis morbis versantem, clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atque ^b Plinius credidisse videntur, mihi plane compertum non est: *nisi quod fuit mos liberatos morbis in templo ejus Dei, quid auxilatum esset, scribere*: Isque à primis illis temporibus usque ad Antonini Imperatoris ætatem non modo in Græcia, verum etiam in Italia perduravit, uti præceteris ex tabella marmorea Romæ in Æsculapii templo in insula Tiberina inventa, & usque ad hanc diem apud Maphæos conservata intelligere licet, in qua græce hæc leguntur:

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαίῳ πνὶ πωφῶ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπ' ἱερὸν Βῆμα, καὶ προσκυῖσαι· εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιῶ ἐλθεῖν ὑπὲρ τὸ αὐριερόν, & θεῖναι τὰς πέντε δακτύλους ἐπ' αὐτὸν τὸ βῆμα τῷ, καὶ ἄραι πλὴν χεῖρας, καὶ ὑποθεῖναι τοῖς ἰδίοις ὀφθαλμοῖς, καὶ ὁρτὴν ἀνέβλεψε, τὸ δὲ μὲν παρεστῶτι καὶ συγχαφομένη ὡς τάσσαι ἀρετὴν ἐγένοντο, ὅτι τὸ στέρας ἡμῶν Ἀντωνίνου.

Id est;

Id est:

Hifce diebus Cajo cuidam caco oraculum reddidit, veniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde à parte dextera veniret ad levam, & poneret quinque digitos super altare, & elevaret manum, & poneret super proprios oculos; & recte vidit populo præsente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Δακίῳ πλὺλεπκῷ ἢ ἀπὴλπισμῷ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, ἢ ἐν τῷ τελεσῶμεν ἄραι τέφραν, ἢ μετ' οἶνον ἀναφύεσθαι, ἢ ὅτι θῆναι ὅτι τὸ πλὺρόν καὶ ἐσώῃ, καὶ δημοσίᾳ ἡνυχαιήσῃ τῷ θεῷ, ἢ ὁ δῆμος σωεχαιήσῃ.

Id est:

Lucio affecto lateris dolore, & desperato à cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & una cum vino commisceret, & poneret supra latus: & convaleuit, & publice gratias egit Deo. & populus congratulatus est illi.

Λύμα ἀναφέρων τὴν ἑλάνῃ ἀπὴλπισμῷ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, ἢ ἐν τῷ τελεσῶμεν ἄραι ἡνυχαιήσῃ, ἢ φαγεῖν μὲν μέλιτ', ὅτι τῆς ἡμέρας, ἢ ἐσώῃ, ἢ ἐλθὼν δημοσίᾳ ἡνυχαιήσῃ ἐμπροσθεν τοῦ δήμου.

Id est:

Sanguinem revomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, veniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & convaleuit, & veniens publice gratias egit præsente populo.

Οὐαλερίῳ Ἀπρω σραπώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, ἢ λαβεῖν αἶμα ἐξ ἀλεκτρύνου, λαβεῖν μὲν μέλιτ', καὶ κοκκύνειον σωθεῖναι, ἢ ὅτι τῆς ἡμέρας ὅτι χρίσῃ ὅτι τὰς ὀφθαλμούς, ἢ ἀνέβλεψε, ἢ ἐλήλυθε, ἢ ἡνυχαιήσῃ δημοσίᾳ τῷ θεῷ.

Id est:

Valerio Apro, militi caco, oraculum reddidit Deus, veniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur supra oculos; & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo.

^a Lib. 1. Elegia 3.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his ^a Tibulli carminibus conjicio.

*Nunc Dea, nunc succurre mihi, nam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.*

^b Epistola 95.
^c ^g. Symposi.
probl. 9.

^d Compos 171
cap. 43.

^e Lib. 2. cap.
162 in prob.

Cum hæc, inquam, ita essent, verisimile fit, solam remedium cognitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpti, & sub certis regulis ac rationibus constitutam ad artis formam provectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed divinis illis, quibus pollebat, ingenii viribus ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc invenisse, inventam excoluisse, necnon curativæ adjunxisse: in quibus medicinæ partibus non ideo veteres illius parentes minorem laudem merentur, quod plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non veterum ignavia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulæ blandimenta, inexplebilis libido, immensaque voracitas, quibus, ut sapienter disputavit ^b Seneca, & post ipsum ^c Plutarchus novæ morborum species genitæ sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum aliæ fero, aliæ numquam medelam receperunt: sic namque pueros, & mulieres post Hippocratis ætatem podagra exercere cœpit, sic vivente Pompeio atque Asclepiade aquæ formido, seu hydrophobia, Aristoteli ac antiquioribus haud nota, nec non elephantiasis, Ægypto familiaris, sese primo demonstrarunt: adeoque tarde medelam receperunt, ut ^d Scribonius Largus, qui Claudii Imperatoris tempore Romæ medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usque ad tempora sua liberari visum; etsi Apuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam composuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se cum Hyenæ pelle, quod ^e Aetius quoque de aliis retulit, curare gloriaretur: sic Cornelii Celsi tempestate quædam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas expiravit, ut nobilissimi medici neque genus mali, neque remedium invenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Colli dolorem expetrum accepimus, nisi veteres sub alio nomine illum.

illum cognovisse tueamur : ut ipse Hippocratem sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic ^a Plinii ætate mentagra, ^a Lib. 25. stomachace, & sceltyrbis, ægri- ^{cap. 3.} tudines nostro orbi advenæ, natæ sunt : sic multis olim circa mare rubrum ægrotantibus dracunculi quidam parvi, ut Agatarchides in ejus maris tractatu retulit, crura atque brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisque partibus sese includentes intolerabiles inflammationes cruciatusve pariebant, quod genus morbi se ab aliis audivisse, sed neque naturam ejus, neque generationis rationem cognovisse fatetur ^b Galenus. ^b 6. De locis affecti. Sic quidam ab urinæ difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam internodia habentem minxit, sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulans multo cum semine ejecit : sic Timonis Aviam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cavernis, solaque respiratione, quod viveret, cognitam esse traditur : sic in Meloniis signum cujusdam affectionis hepaticæ descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter observabant, ac prosequabantur ; sic Crateri medici servus, referente ^c Porphyrio, novo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes ejus ab ossibus abscederent : sic temporibus nostris execranda illa gallica, & pene exitialis lues universas regiones vexare coepit : ut nullo pacto illud, quod vel posteriorum hominum culpa, vel fortuna, aut Deo ita volente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, à quo cum duæ jam prædictæ medicinæ partes ad summam perfectionem provectæ fuerint, divinis ejus manibus immortales semper habendæ sunt gratiæ. Ampliusque illud æternæ memoriæ mandandum, quod ambæ medicinæ partes sicuti diversæ revera sunt, pariter varia nomina habuerunt, alteraque *αεφυλακική*, five *ὕγιεινή*, altera *θεραπευτική* nuncupata fuit, vocabulis quidem his tum ab opere, tum à re, circa quam versantur, acceptis, quæ quoniam sapienter, atque vere depromptæ fuerunt, nullam unquam apud ullos mutationem susceperunt : quemadmodum etiam usque ad posteriora tempora hæc inveterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinæ partes primarias efficiant, alteram curativam, alteram conser-

vativam nuncupantes, quas ob id communi medicinæ nomine plerumque comprehendunt; quoniam curativa, quæ primo ob maiorem necessitatem inventa fuit, id nomen adepta est, quod conservativa quoque ei postremo adjuncta non modo obtinuit, verum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisivit, ut judicaverint hanc solam medicinam veram appellari debere: illam incertam, falsam, meramve hominum alios decipere studentium imposturam existere, nempe quæ nudis conjecturis, infirmisque argumentis primo ad cognoscendos morbos utatur: deinde in eo fere omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in judicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in gravissimo errore versari facillime cognoscent, quicumque humanas calamitates, morborumque incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, æquo animo æstimare voluerint: ut non absque summa ratione Julianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse videatur.

In Epistol.
græcis vario-
rum.

Τὴν ἰατρικὴν ὁπσιμὴν σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ὅχι εἰς
τὴν χρείαν μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτῃ ἐξ ἔργου πεφοιτημένοι δικαίως φιλοσόφον
παῖδες κηρύττει. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τὴν ἡμετέραν φύσιν, καὶ τὸ τὴν ὁπσιμὴν αἰσθημάτων
ἐπανορθώσῃ διὰ ταύτης. καὶ γὰρ καὶ τὴν δικαίαν λογισμὸν συνωδᾷ
τοῖς ἀνθρώποις βασιλεύει θεοπίστοι, ἡμετέραν φιλανθρωπία κελεύουσα, τὴν βα-
λὺ πικρὴν λειτεργιμάτων ἀνενοχλήτως ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις ἀφίγγειν.

Id est:

Medicina scientiam hominibus salutiferam esse, patens ejus usus attestatur, & ideo hanc è calo delapsam philosophi merito predicant, siquidem cum natura nostra imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos secundum justitiæ rationem superioribus regibus consona observari precipientes, humanitate nostra mandamus vos in reliquis temporibus ab omnibus curialibus ministeriis immunes vivere.

CAPVT II.

De conservatiua partibus, & quid tractandum.

CVM igitur duæ sint medicinæ partes, una curativa, altera conservativa, aut ὑγιαίνει nuncupata; Postrema hæc ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in σεφολακικῶν, morbos futuros & imminentes avertentem: σωτηρικῶν, quæ præsentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικῶν, à qua valetudinarii reficiuntur: omnes autem istæ, quamvis ultimo, sicuti demonstravimus, fuerint inventæ, nihilominus & ipsæ tantum multorum hominum additamenti splendorem acquisiverunt, quantum vix primi illi inventores optare ausi forent, tum ob copiam eorum, quæ huic parti conservatiuæ adserta sunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteaactis temporibus, quam nunc præstare visa est: Ea porro, quæ ad hanc partem constituendam à medicis excogitata atque ordinata sunt, quattuor nominibus comprehenduntur, quorum singula varias ac multiplices res sub se complectuntur, tot namque præsidis bonam valetudinem conservari posse, à Galeno, ac aliis medicinæ auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero sunt τὰ σεσφε-
ρόμενα, τὰ κενύμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, ἢ τὰ ποιούμενα. Quæ enim exhibentur potulentis atque esculentis sive ciborum sive remedium usum habeant, finiuntur. Quæ exinanitioni subsunt, sudoribus, stercorebus, sputis, urinis, & aliis omnibus similibus continentur. Extrinsecus accidentia aqua, aëre, fæcugine, mari, oleo, & huiusmodi constituuntur. Agenda vero exercitationibus, studiis, vigiliis, somno, venere, ira, cura, lotionibus, ceterisque ejusdem generis comprehenduntur, unde nulla res est, nullumve auxilium, quod ad sanitatem defendendam conducatur, quin sub aliquo prædictorum quattuor generum, quæ totam conservatoriam artem quantitate, qualitate, & occasione convenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum à recentioribus copiose satis tractatum est: de gymnasiis autem sive exercitationibus, à quibus ars gymnastica apud veteres valde celebris constituta & denominata fuit, aut nulla, aut quam paucissima, & fortuito,

con-

confuseque tradita reperiuntur, ideo de his, deque gymnastica arte, à Latinis exercitatoria dicta, integram, & forsan ab alio nunquam absolutam tractationem habere decrevi, eo magis quod Galenus hanc haud ignobilissimam conservatoriæ facultatis partem esse scriptum reliquit: omnesque fere testantur exercitationem artem, & ad avertendos futuros morbos, & ad custodiendam præsentem sanitatem, & ad valetudinarios reficiendos, (quæ tres partes universam conservatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem asserere; ut etiam nos uberissime demonstraturi sumus, ubi hæc omnia distincte simul, atque copiose, prout res ipsa postulabit, in hisce libris declarabimus. Primo, *quid sit gymnastica ipsa, quomodo, & quando inventa, aucta, & perfecta, quot ejus species*: deinde, *quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur*: postremo, *quid sit illa qualitas, quantitas & occasio, quibus hæc ars tantopere bonæ valetudini conservanda conferat*: demum, *quæ commoditates, quæve damna ab unoquoque exercitationum genere gymnastica studiosis expectanda sint*: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri spero, quod in hujusmodi tractatione desiderari possit: quam ideo vehementius omnes valetudinis studiosos amplexuros esse auguror, quoniam hæc pars à nobis tractanda curativam partem tanto antecellere videtur, quanto medicamenta ipsa ab exercitationibus superantur; de quibus ^a Galenus atque ^b Avicenna celebratissimi medicinæ scriptores, ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa solvere, tum per sudoris meatus ejicere posse; tantoque tam cibis quam medicamentis attenuantibus præstare, quanto satius est nullo corporis nostri incommodo exigi, quæ redundant, quam pariter & carneliquanda, & solidis extenuandis: hæc namque incommoda calidis attenuantibusque medicamentis associantur: exercitationes vero tantum abest ut aliquid tale sequatur, ut potius firmitas quædam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, & ex partium inter se attritu soliditas quædam ac *δυσπαιδεία* comparatur: Idcirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium sive exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est ^c Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum

^a De tuen valetud. cap. 2.
^b 3 primi doc.
^c 2 cap. 1.

^c 8. Sympof. prob. 4.

num habitum, & robur donari; Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud ^a Xenophontem tanti exercitationes, laboresque corporis æstimavit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi unquam sine labore cibum caperent, ratus valetudini atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus præstare dicebat Solon apud ^b Lucianum, quod ii, qui ventilando purgant triticum, paleas ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes apud Stobæum dicebat, Medeam sapientem, non veneficam fuisse, quæ acceptis molibus & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasiis ac exercitationibus, & robusta vigentiaque reddebat. Unde fama emanavit, quod coquendo carnes in juventutem restitueret.

^a Lib. 8 de Cyri Pædia.

^b In Anacharsi Dialogo.

CAPUT III.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex.

QVatuor itaque existentibus illis, quibus tota conservandæ sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartæ partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quæ pro quarta conservatoriæ parte à nobis declarata sunt, gymnasticam, quæ de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam proficitur contra Erasistratum, & alios gymnasticam à medicina sejungentes, illam cognoscere spectet, eo præsertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad vitam sanam traducendam bona præstare, quot & quanta vix ulla alia medicinæ instrumenta præstant. Quod si Hippocrates *in lib. de Locis in homine* scripsit gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinæ parte sermonem habuit, quæ in medendis decumbentibus, clinice à posterioribus vocata, solum versatur. Plato etiam atque Plutarchus quando dixerunt duas esse

B

circa

circa corpus humanum versantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores illas sejunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inventa, eique adnexa est, eas diversas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit hæc ars exercitatoria gymnastica græco nomine nuncupata, ab ejus definitione, sive descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, à nullo tamen alio, quam à Galeno nostro eam & brevius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit : ἡ τέχνη γυμναστική ἐστιν ὁπιστήμη τῇ ἐν πᾶσι γυμνασίοις διωκόμεως : hoc est, *gymnastica est quæ omnium exercitationum facultates novit*, aut potius, *gymnastica ars est scientia potentia omnium exercitationum*. Quo in loco animadvertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiæ nullum opus considerent, necessario à vera scientia excluditur; quamvis aliqui causas exercitationis virium sæpissime contempletur : est insuper animadvertendum, Galenum hac definitione gymnasticam à pædotribica distinxisse, quoniam illa tanquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum causas speculatur, imperatque, hæc veluti ministra illius existit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easque, prout sanitati & bono habitui expedire judicabat, diversis hominibus imperabat : pædotriba vero, qui eas, quomodo fieri deberent & possent, re ipsa demonstrabat : atque hoc ænigmatice explicavit Polybus sub his verbis : Παιδοτελεῖαι πῶτον διδάσκουσιν ποτανομένην καὶ νόμον, ἀδικεῖν δικαίως, ἐξαπατεῖν, κλέπειν, ἀρπάζειν, βιάζεσθαι, τοὺς καὶ δίκαια, καὶ αἰσχρῶς : id est : *Pædotriba hoc edocent prævaricari secundum leges, injuriam facere juste, decipere, furari, rapere, vim inferre honestissime, & turpissime*. Nam si quis luctatorum & aliorum, qui à pædotribis edocebantur, actiones æstimet, liquido conspiciet valde iis assimilari, quæ à Polybo scripta sunt, sicque gymnastam & pædotribam non parum dissimiles fuisse : verumtamen, cum interdum unus utriusque munus impleteret, non immerito existimaverunt aliqui has duas artes unam atque eandem esse, veluti

In lib. ad
Thras.

In primo de
diata.

veluti nonnunquam idem & militis & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas voluit, dum gymnasticam vocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatam notitiam, quæ operatione ipsa nobilior est; pædotribicam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculativam, ac arbitram, & judicem; alteram practicam esse, quæ omnes interdum una gymnasticæ appellatione à materia, circa quam versantur, ut pharmaceutica, suscepta vocarentur; sicuti speculativa & practica medicinæ partes uno medicinæ nomine sæpenumero appellantur, sed quod vere, sicuti declaravimus, gymnastica talis esset, gymnastaque & pædotriba differrent, Aristotelistestimonio quoque comprobare licet, qui in principio *quarti Politicorum* hoc scriptum reliquit: *Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ καὶ μόλιον γινομένης, ἀλλὰ πρὶ γένεσιν ἐν τῇ πελείαις ἔσας, μίας ἐστὶ θεωρητικὴ πρὶ πλείαις γένεσιν ἀρμότιον, οἷον ἀσκήσις σώματος ποία τε ποίῳ συμφέρει, ἢ τίς ὀφείλει (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι ἢ κεχορημένῳ, τὴν ὀφείλει ἀναγκαῖον ἀρμότιον) ἢ τίς πλείοις, μία πᾶσι, ἢ γὰρ τὸ τῆς γυμναστικῆς ἐστὶ ἐπὶ δ' ἐάν τις μὴ τὸ ἰκνεμένης ὀπισθιμῇ, μήτ' ἔξωθεν, μήτ' ὀπισθιμῆς τῇ πρὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἦτιον τῶ παιδοτέλει, καὶ τῇ γυμναστικῇ ἀποδοτέλει τε καὶ ταύτῃ ἐστὶ τὴν διώκων: Id est; In cunctis artibus & scientiis, quæ non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte existunt, unius est considerare, quid cuique conveniat generi: seu exercitatio corporis qualis quali conveniat, & quæ sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam convenire necessarium est) & quæ plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnastica est. Præterea vero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus pædotriba, & gymnastici est hanc potentiam præparare. Quibus verbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pacto, quo à Galeno: tum etiam gymnasticam à pædotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticæ nomine intelligunt, definitio lateat, quæ utriusque vim simul explanet, ita dicere poterimus, *Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumque varietates opere ipso edocentem, vel gratia bonæ valetudinis conservanda, vel gratia optimi corporis habitus**

acquirendi, atque tuendi. Dixi hujus artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, verum etiam ut hanc scientiam ab aliis, quæ similem formam obtinent, differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Græcorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atque exercitationes gratia belli factæ circa omnes fere exercitationes versantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, causaque talis differentiae nulla alia existit præter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quædam, qua Antiqui opinabantur sese Diis rem gratam illis ludis tanquam promissam facturos: erat quoque populi voluptas, cui maxime & respublicæ & Reges ac Imperatores studebant, quo homines voluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Lib. 16. cap. 4. Plinius, ut, *dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi jus in proximo Senatui, atque vocatio munerum omnium ipsis, patribusque & avis paternis*, quod tamen servis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his vero ludis quicumque aliquid cognoscere optaverit, librum Onuphrii Panvini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium seculi nostri in historiis longe versatissimus, hanc materiam tractavit. Athletica finem habuit robur, ut illius vi posset athleta adversarium superare, & coronam præmiæque proposita consequi: quamvis etiam apud Græcos & Latinos nonnunquam athletæ vocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos præmii gratia certabant, quos omnes sub nomine vitiosæ gymnasticæ (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes prædictas obibant, id non ob aliud agebant, nisi quo agilitatem ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna vincere possent, atque harum exercitationum disciplina usque adeo severa apud maiores

maiores servabatur, ut ejus doctores duplicibus, quod scribit ^a Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub præsentia præfecti tribunorum, vel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complexisse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram à prædictis differentem esse, & ideo summa cum ratione à nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendæ, & boni corporis habitus comparandi. Quod vero exercitationum omnium tres prædicti fines, à quibus tria gymnasticæ genera orta sunt, apud veteres extiterint, atque omnes in unum publicæ felicitatis finem relati sunt, abunde declaravit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota hæc sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

^a Lib. 1. de
re militari
cap. 13.

CAPUT. I V.

De Gymnastica subjecto, & ejus laudibus.

CVM jam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) explicuerimus: eamque ab affinibus facultatibus sejunxerimus: reliquum est, subjectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subjecta, quæ finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cujus subjectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio versetur: & quamvis idem subjectum sæpenumero plurium artium esse videatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subjecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub variis conditionibus, atque proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namque fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus atque disciplinis re vera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale atque mobile existit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, vel morbi capax, Medico subijcitur: prout *γενειον*, id est boni habitus susceptibile, à

^a Cap. 3 s. &
seqq.

gymnastica, siue conservatoria, quæ medicinæ subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumque & sanitatem conservare in seipso natum est, gymnasticæ subiectum esse definimus, quemadmodum etiam ^a Galenus in libello illo ad *Thrasylbulum* scripto luculentissime declaravit: neque propter hoc inferendum est, illum sibi contraria dicere, cum gymnasticam à medicina sejungi debere voluerit, propterea quod voluit, gymnasticam medicinæ quidem partem esse, ita tamen, ut, veluti pars à suo toto aliquo modo sejungitur, similiter gymnastica à medicina distinguatur: medicina enim sanitatem atque morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare & conservare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumque tanquam sanitatis vel partem, vel causam conservantem retinere conatur: & ob id tanta fuit aequè veteres hujus existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quam plures recenseam) eam rempublicam haud optimam esse posse censuerint, in qua talis ars desideraretur; nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam grave, aut dignum efficere valet: ita profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inservire, & ejus operationes nequaquam impedire, sed adjuvare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignavia atque otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemque conservandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis & Aristotelis certissima testimonia præteream, unum Galenum in medium adducam, qui se infinitos prope imbecilles ad bonum habitum revocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conservasse gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, si majores nostri usque adeo corporis exercitationes æstimaverint, ut non tantum publica, eaque præclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanæ thermæ fuerunt, extruxerint, verum etiam in quibusvis fere privatis ædibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

CAPUT V.

Quo tempore, & quo pacto caperit Gymnastica.

QUAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps ejus sententiæ fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principium habuerit, nihilominus bello Trojano ab ipsomet poëta descripto semina quædam illius jacta fuisse, quasque primordia eluxisse verisimile videtur, nisi quoque fateamur potuisse faciliter multo prius extitisse, verum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas artisque formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu & oblivione vindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, verum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidquam reperiri, quod corpus atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas, injustos omnium exercitationum & æstimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticam naturalem homini esse, & ideo semper extitisse persuasum habere debeat. Porro quod Homeri tempore artis gymnasticæ principia quædam extiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetæ libros lectitantes animadverterunt milites Græcos interdum disco, lucta, cursu, arcu, & aliis hujuscemodi, quæ post ad gymnasticam facultatem transierunt, sese exercuisse, sicuti *oëtarvo*, & *vigesimotertio Odyssæa* frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deventum sit, licet nihil plane explicatum habeamus: conjectura tamen quadam assequi possumus ex illis, quæ Plutarchus in *quinto Symposiacorum prob. 3.* scriptis mandavit, ubi tradit. certamina prius simplicia fuisse, in quibus solummodo victoriam, atque coronam pro fine babebant, ab his postea ad sacrificia rem translatam fuisse, quando Deo sacra facturi, populumque ad festa accedentem oblectaturi certamina instituebant, quæ à sacrificiis demum ad gymnasia paulatim fuisse introducta existimo, quod primis illis temporibus, dum
homines

a Primo de
tuenda vale-
tud

homines temperatam vitam traducerent, perpetuaque sanitate fruerentur, illud unum studium habebant, ut ad bella peragenda, hostesque superandos aptissimi evaderent : & propterea quando otia bantur, ne prorsus inertia consumerentur, sese illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam victoribus præmia ponebantur, quo & illorum voluptate allekti, & spe præmiorum inflammati libentius, atque accuratius ad acriter contra hostes dimicandum disposerentur : & ob id Homerus *secundo Iliados* in hunc modum finxit.

Vers. 774.

— Δαοὶ δ' ὅτε ἐν γυμνίῳ παλάσσης
Δίσκοισιν ἑρποντο, καὶ αἰχμάνησιν ἰέντες,
Τόξοισιν δ'.

Id est :

— *At gentes in littore ponti
Ludebant discis, arcus, & jacula longe
Mittentes :*

Vers. 257.

Et vigesimo tertio :

— Αὐτὰρ, Ἀχιλλεύς
Αὐτὴ λαὸν ἔρυκε, καὶ ἵζανεν ὄρω ἀγῶνα·
Νηῶν δ' ἐκφερ' ἄεθλα, λείβηταις τε τρίποδάς τε,
Γ' ἴππους δ' ἡμιόνας τε, βοῶν τ' ἰφθίμα κάθηνα,
Ἢ δ' ὅ γυναικας εὐζώνας, πολίον τε σίδηρον·

Id est :

— *Sed Achilles :
Illic detinuit populum, magnumque locavit
Certamen, Navibus hac præmia splendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesque & fortia boum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.*

Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis seculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & præmia consequendi spem, tum ad bellorum hostiumque victoriam obtinendam agilitatem atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrefcere cœpissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius concurrerent, hæ exercitationes in Deorum

rum

rum celebritatibus institutæ sunt, ubi & Diis & hominibus gratæ reputabantur, præmia, quæ homines ad quidvis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque præstantiora, sicut innuit ^a Aristoteles : in his exercitationibus, quoniam homines præmiorum gratia duntaxat certabant, quæ ἄλλα Græcis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncupati fuerunt, qui & ab Atticis ἀσκηταί, ut Erotianus tradit, & à Latinis athletæ, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, verumetiam in Amphitheatris, & ante amphitheatra instituta in foro, in privatis locis ad populum oblectandum hujuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Græcos ἄθλοι. Nam Olympia Pisis, sive in Elide, & Nemea apud Cleonas : Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerunt, quales apud Romanos ludi Capitolini, seculares, & alii hujuscemodi, in quibus omnibus præter præmia, ita etiam victoribus magni honores constinebantur, uti non modo in conventu stantes cum palma & corona laudes ferrent : sed etiam (utor Vitruvii oratione) cum reverterentur in suas civitates cum victoria triumphantes quadrigis in mœnia, & in patrias inveherentur, æreque publico perpetua vota constitutis vestigalibus fruerentur : at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram revertamur. Dum itaque vita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines extitere : verum enimvero crescente luxu, multisque à longa valetudine detentis, tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui cœptæ sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis ætatem, quando Herodicus ille (ut scribit ^b Plato) gymnasticam, quæ prius in sacrificiis atque ludis necnon, in bellicis exercitationibus solum auctoritatem atque locum habebat, medicinæ adjunxit : quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quæ solum pro coronis & præmiis ac militari disciplina assequendis, necnon pro Diis placandis & hominibus delectandis in usu erant ad sanitatis conservandæ, & boni habitus acquirendi finem traducere, quas postea exercitationes cum primi

^a In 3. parti.
prob. 8.

^b Tertiode
Republica.

illi, atque etiam posteriores gymnastæ à medicis & philosophis, ut verisimile est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addentes, necnon à publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam præceptis ac terminis concluderunt, atque ita artem totam pepererunt *γυμναστικὴ* vocatam *ἐπὶ τῇ γυμναστικῇ*, id est ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum obtinendum sanitatemque conservandam exerceri, hoc autem primos omnium effecisse Hippocratem, Dioclem, Praxagoram, Erasistratum testatus est Galenus LVII. cap. lib. ad Thrasybulum. Quamobrem ex his clarum factum arbitror, quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, necnon quo tempore suscepit. Siquidem primum in bello Trojano dum milites Græci in arenam ex navibus descendentes (unde post emanasse proverbium *in arenam descendere* opinor) inter se certantes ad bellum exercebantur, tunc apparere cœpit, artisque agonisticæ & gymnasticæ nomen etiam accepit. Postea ad sacrificia & hominum voluptates traducta non modo prædicta nomina retinuit: sed etiam athleticæ appellationem consecuta est, & apud Galenum *vitiosa gymnastica* nominata fuit. Demum ad gymnasia & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis conclusa gymnasticæ vere nomen promeruit, quod ante ^a Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille juvenis Philolaches ita loquitur:

*Cor dolet, cum scio nunc ut sum, atque ut fui:
Quo neque industrior de juventute erat
Arte gymnastica, disco, hastis, pila,
Cursu, armis, equo. —*

^a In secundo
de re rust. in
proam.

Verum enimvero hæc ars (ut testatum reliquit ^b Marcus Varro) apud Græcos solum in usu viguit, *quamdiu rura colentes Romani & cultura fecundissimos agros habuerunt, & ipsi valetudine firmiores extiterunt*: sed postquam crescente delidia in oppidis otuari, quam ruri laborare maluerunt, Græcorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idem Varro conque-
stus sit suo tempore vix singula satis fuisse, quæ profecto,
dum

dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisque in pejus ruentibus una etiam destructa fuerunt, & simul cum ipsis ars non parvam jacturam passa fuit, quam à Varronis temporibus usque ad Imperii Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisque intelligere potest, qui omnes medicos ea ætate Romæ æstimatos passim in morbis curandis & sanis conservandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quæ supersunt, scriptis observavit, aut qui ^a Plutarchum *omnes sua ætate exercitationibus occupatos fuisse* scribentem lectitarit, quanquam ^b Plinius non omnes exercitationes tunc honesti usus gratia invecas fuisse, sed nonnullas & peregrinas præsertim ad excitandam sitim quæsitæ esse prædicat. Itaque valde hallucinatum fuisse Budaum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus *Romanos gymnasiorum, & palestra exercitamentis minime usos*, nulla firma ratione probat.

^a Lib. 3. Sympos. prob. 6.

^b Lib. 14. cap. 22.

CAPUT VI.

De Gymnasiis Antiquorum.

Gymnasticam, sive exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid, loca ipsa, & qualia forent, planum facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & præsertim ex verbis Galeni in secundo de tuend. valet. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat *gymnasium* ^{Cap. 2.} *fuisse publicum in separata urbis regione locum extructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum jactabant, aut tale quippiam faciebant*: quæ loca ita nuncupata fuerunt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. *γυμνάσιον* enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, unde Martialis libro tertio. Epigr. LXVIIII.

*Gymnasium, Therme, stadium est hac parte, recede,
Exuimur, nudos parce videre viros.*

Et Bardesenes apud Eusebium lib. VI. de præpar. Evang. c. VIIII.

Græcos ait non potuisse ulla vi fiderum prohiberi, quin in gymnasiis nudis exercerentur corporibus. Verum an omnes & toti semper denudarentur qui sanitatis tantum gratia exercerentur, non est ita compertum; suspicor tamen luctatores, pugiles, atque alios quosdam potuisse denudari, quemadmodum Athletis in usu erat, quos tantum subligacula pro pudendis tegendis tam in publicis, quam in privatis certaminibus habuisse etiam usque ad Homeri tempora, à quo eorum fit mentio, omnis ratio decoris exigit; & historia Orsippi ab Eustathio & ^a Pausania relata, cui subligacula delapsa victoriam dempserunt, ut inde postmodum indultum sit nec ea gestare, ita accipienda est, tanquam non magnis & impredientibus, sed parvis & nullius impedimenti uti liceret, quem morem usque ad sua tempora Romæ perdurasse scribit Pausanias. Ad hæc quandoque sub nomine gymnasii omnem locum, ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperitur: sicut postea hæc vox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud ^b Iosephum videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loquitur. *Namque apud Tripolim & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quæ gymnasia dicuntur, Bibli autem exedras porticus condidit.* Hæc loca à Vitruvio, Celso, Plinio, atque aliis Latinæ linguæ auctoribus palæstras nuncupari invenio: Unde etiam conjicio Vitruvii tempestate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitisse palæstras, sive gymnasia, quandoquidem is libro ^c architecturæ earum ædificationes traditurus *Italica consuetudinis non fuisse* prædicit: nam qui primi gymnasia exædificasse creduntur, fuerunt Græci, si credendum est Soloni apud ^d Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit, *gymnasia delectationis & exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse.* Inter Græcos autem primi extiterunt Lacedæmones, sicut Athenæus ex Ippasi sententia, & Plato in Theæt. & primo de legibus memoriæ prodiderunt, quos etiam illa ipsa omnium præstantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro i v. intelligere licet, ubi hos versus habet.

^a In Atticis
circa finem.

^b Lib. i. cap.
16.

^c 5. cap. II.

^d In Anaehar.
si dialogo.

Argi-

*Argivas generatus inter urbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenae,
Aut claram Rhodon, aut libidinosa
Ledeas Lacedæmonis palestras.*

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regionem describit, quam novem millium annorum intervallo ab ætate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia extasse scribit, qui Lacedæmonum inventum illam facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiæ narrationem fabulosam credamus. Post Lacedæmonios Athenienses quoque sua gymnasia crexerunt, in quorum urbe tria extitisse testantur Pausanias & Suidas, alterum *ἀκαδημία* vocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum *λυκαῖον*, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycii templum fuisse legitur apud ^a Lucianum; alterum *κνωσσηγές*, ubi nothi, spurii, ac ignobiliores omnes exercebantur: siquidem apud Græcos tanto odio, tantaque infamia viles ac spurii notabantur, ut qui vere legitimi ac nobiles essent, cum iis consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Præter hæc tria mentionem facit alterius, quod Canopum vocat Philostratus in vita Herodis Attici. Dixi in urbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe ædificata, ut quæ proxima essent urbi, in ea fuisse dici potuerint. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Græcos habuisse scriptum est apud ^b Ciceronem, cui Servius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepelivisse scribit. Quæ vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus invenisse scribit in vestigiis Hadriani Imperatoris Tiburtinæ villæ representata, Athenæum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studiis opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasium habuisse, *Cranæum* vocatum, auctor est Laërtius libro tertio. tandem nullum pene oppidum fuit Græcorum, quod gymnasium non haberet, ut

^a In Anachar.
si dialogo.

^b Epist. fam.
epist. 12.

* In libr. de
antiquis no-
minibus.

Anacharſis dicere ſolebat. Romani poſtremi omnium gymnaſia, palæſtras vocata, in urbe ad Græcorum æmulationem, Varrone auctore, ædificare cœperunt : quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inæſtimabili pulchritudine in hoc genere antecceſſiſſe, ex illis Thermarum ruinis, quæ ad hanc uſque diem non ſine omnium ſtupore perdurantes, conſpiciuntur, facile convincitur, ne ſileam illud, quod de Neronis gymnaſio ſcribit Martialis lib. vii. Epigr. x x xiv.

Quid Nerone pejus?

Quid Thermis melius Neronianis?

attamen ante Neronis quoque tempora fuiſſe Romæ gymnaſia ex Plauti Bacchidibus, cujus locum apponam inferius, colligere licet. Nam gymnaſia tota aliquando Thermas ob aquæ calidæ uſum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latine linguæ nemo dubitat, ſicut etiam interdum Thermæ ſignificant eam gymnaſii partem, in qua lavabantur, ubi propnegeum, laconicum, calda lavatio ſitæ erant, ut ex multis auctorum testimoniis, & præſertim ex Martialis verſibus nuper citatis clare perſpicitur. *Gymnaſium, thermæ, ſtadium eſt hac parte.* His omnibus poteſt jam unicuique perſuaſum eſſe, quantum in errore verſatus ſit (invitus fateor) Blondus Forolivienſis concivis meus, qui in ſecundo Romæ inſtauratae commentario thermas ſolum ad lavandi uſus inſtitutas fuiſſe ſcripſit. Porro ne quis forſan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem atque Ariſtotelem in gymnaſiis philoſophari conſueviſſe; ſcire debet in hujuscemodi locis varia hominum genera convenire ſolita fuiſſe, quæ omnia in ſequenti capite à nobis ſigillatim demonſtrabuntur: tanta enim erat hujuscemodi locorum capacitas, tamque ſpatioſa amplitudo, ut absque ullo impedimento diverſæ, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi poſſent, quemadmodum ex Vitruvii allata deſcriptione perſpicere quivis mediocriter hac in re verſatus poterit; quam cum in rebus plurimis diverſam ex Octavii Pantagathi viri tempeſtate noſtra ſummi judicio in prima editione tradiderimus, nunc ipſa diligentius conſide-

siderata (ut semper curæ posteriores esse meliores solent) castigatorem, & omnibus Vitruvii verbis exacte correspondentem exhibemus, ad quod agendum clarissimus Aloysius Moccenicus, Francisci filius, Joannes Vincentius Pinellus, Melchior Guilandinus, viri tum ob acie in cunctis judicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adjumento nobis fuerunt. ita ut non verear, quin hoc pacto doctis Vitruviique scientiae studiosis probata eveniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara atque manifesta futura sit. Immo vero, si Octavius ipse revivisceret, non dubitarem, ut erat homo sanctissimus atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruvii contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas ejus ichnographias proponere, quia auctor & quadratas & oblongas fieri posse docet.

*De palastrarum aedificatione, & xystis,
ex Vitruvio Lib. V. Cap. XI.*

Nunc mihi videtur (tametsi non sint Italicae consuetudinis) palastrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, sive oblonga ita sunt facienda, uti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitum, quod Graeci vocant *δίαυλον*, ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conversa duplex, ut cum tempestates ventosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem pervenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studiis delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocantur haec membra, Ephebeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, à conisterio in versura porticus frigida lavatio, quam Graeci *λστέρων* vocitant,

tant, ad sinistram ephebei clæothesium, proxime autem clæothesium frigidarium, ab eoque iter in propnigium in versura porticus. Proxime autem introrsus è regione frigidarii collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quæ habeat in versuris ex una parte laconicum ad eundem modum, uti supra scriptum est, compositum. Ex adverso laconici calidam lavationem. In palæstra peristylia, quemadmodum supra scriptum est, ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, una ex peristylia exeuntibus, duæ dextra atque sinistra stadiatæ. Ex quibus una, quæ spectaverit ad Septentrionem, perficiatur duplex amplissima latitudine, altera simplex ita facta, ut in partibus, quæ fuerint circa parietes, & quæ erunt ad columnas, margines habeant uti semitas non minus pedum denum, mediumque excavatum, uti gradus bini sint in descensu sesquipedali à marginibus ad planitiem, quæ planities sit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui vestiti ambulaverint circum in marginibus non impediuntur ab cunctis se exercentibus. Hæc autem porticus apud Græcos ξυστής vocitatur, quod athletæ per hiberna tempora in tectis stadiis exercentur. Proxime autem xystrum & duplicem porticum designentur hypæthræ ambulationes, quas Græci ἀεδομίδας, nostri xystra appellant, in quas per hiemem ex xystro sereno cælo athletæ prodeuntes exercentur. Faciunda autem xystra sic videntur, ut sint inter duas porticus silvæ, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere signino stationes. Post xystrum autem stadium ita figuratum, ut possint hominum copiarum cum laxamento athletas certantes spectare. Quæ in mœnibus necessaria videbantur esse, ut apte disponantur, perscripsi.

Table of Contents

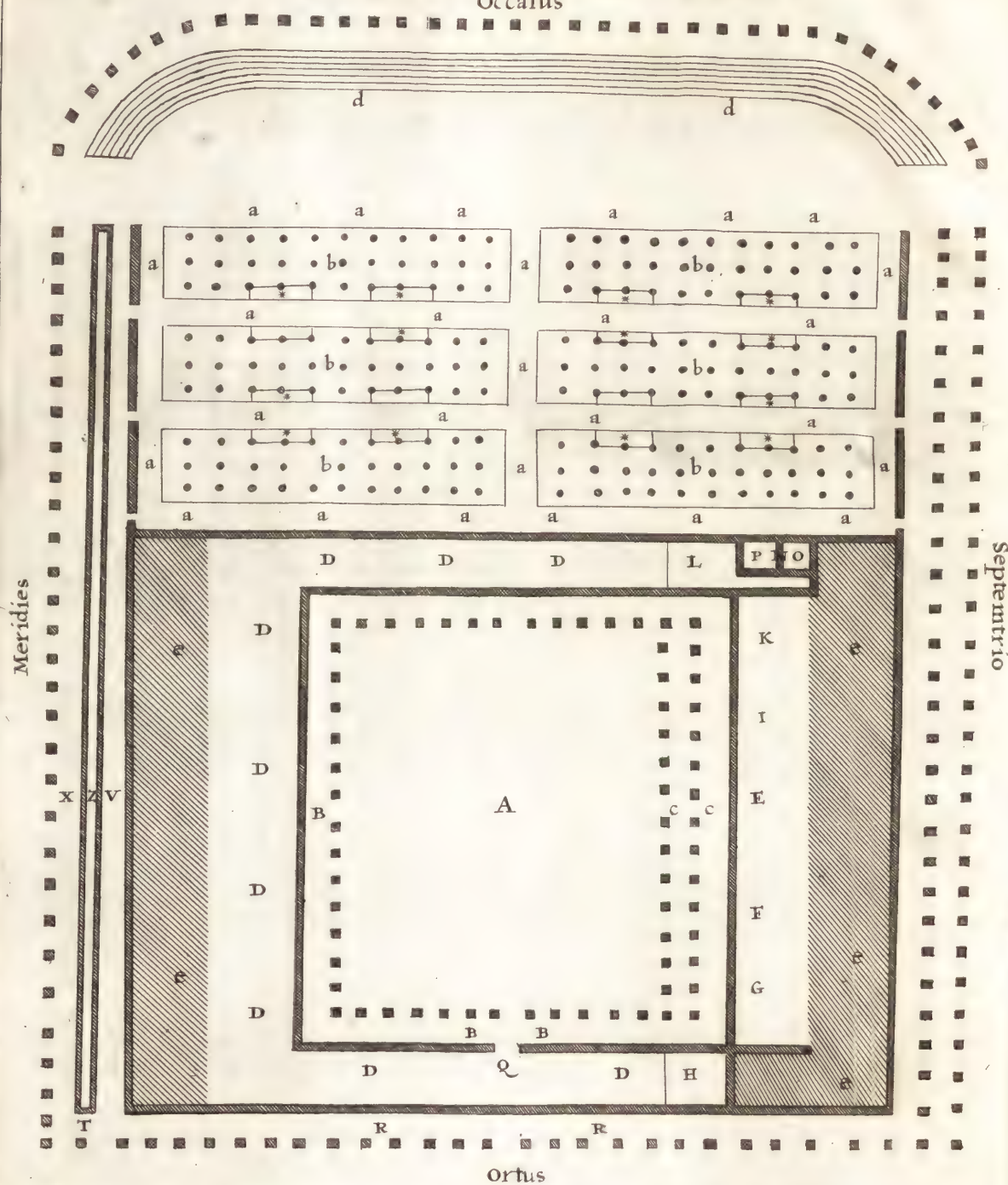


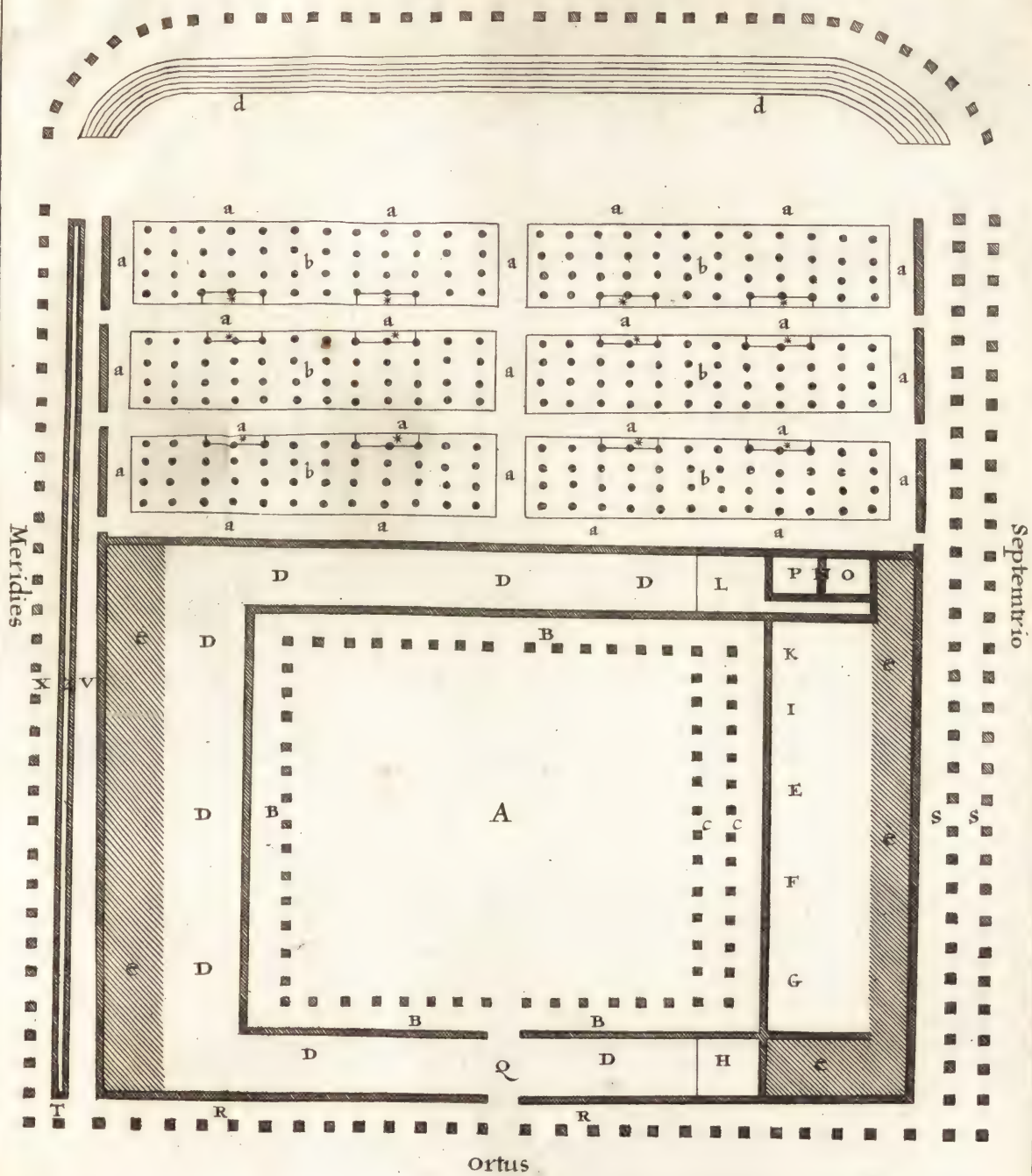
Chapter I	1
Chapter II	15
Chapter III	30
Chapter IV	45
Chapter V	60
Chapter VI	75
Chapter VII	90
Chapter VIII	105
Chapter IX	120
Chapter X	135
Chapter XI	150
Chapter XII	165
Chapter XIII	180
Chapter XIV	195
Chapter XV	210
Chapter XVI	225
Chapter XVII	240
Chapter XVIII	255
Chapter XIX	270
Chapter XX	285
Chapter XXI	300
Chapter XXII	315
Chapter XXIII	330
Chapter XXIV	345
Chapter XXV	360
Chapter XXVI	375
Chapter XXVII	390
Chapter XXVIII	405
Chapter XXIX	420
Chapter XXX	435

Chapter XXXI	450
Chapter XXXII	465
Chapter XXXIII	480
Chapter XXXIV	495
Chapter XXXV	510
Chapter XXXVI	525
Chapter XXXVII	540
Chapter XXXVIII	555
Chapter XXXIX	570
Chapter XL	585
Chapter XLI	600
Chapter XLII	615
Chapter XLIII	630
Chapter XLIV	645
Chapter XLV	660
Chapter XLVI	675
Chapter XLVII	690
Chapter XLVIII	705
Chapter XLIX	720
Chapter L	735
Chapter LI	750
Chapter LII	765
Chapter LIII	780
Chapter LIV	795
Chapter LV	810
Chapter LVI	825
Chapter LVII	840
Chapter LVIII	855
Chapter LIX	870
Chapter LX	885
Chapter LXI	900
Chapter LXII	915
Chapter LXIII	930
Chapter LXIV	945
Chapter LXV	960
Chapter LXVI	975
Chapter LXVII	990
Chapter LXVIII	1005
Chapter LXIX	1020
Chapter LXX	1035
Chapter LXXI	1050
Chapter LXXII	1065
Chapter LXXIII	1080
Chapter LXXIV	1095
Chapter LXXV	1110
Chapter LXXVI	1125
Chapter LXXVII	1140
Chapter LXXVIII	1155
Chapter LXXIX	1170
Chapter LXXX	1185
Chapter LXXXI	1200
Chapter LXXXII	1215
Chapter LXXXIII	1230
Chapter LXXXIV	1245
Chapter LXXXV	1260
Chapter LXXXVI	1275
Chapter LXXXVII	1290
Chapter LXXXVIII	1305
Chapter LXXXIX	1320
Chapter LXXXX	1335
Chapter LXXXXI	1350
Chapter LXXXXII	1365
Chapter LXXXXIII	1380
Chapter LXXXXIV	1395
Chapter LXXXXV	1410
Chapter LXXXXVI	1425
Chapter LXXXXVII	1440
Chapter LXXXXVIII	1455
Chapter LXXXXIX	1470
Chapter LXXXXX	1485
Chapter LXXXXXI	1500
Chapter LXXXXXII	1515
Chapter LXXXXXIII	1530
Chapter LXXXXXIV	1545
Chapter LXXXXXV	1560
Chapter LXXXXXVI	1575
Chapter LXXXXXVII	1590
Chapter LXXXXXVIII	1605
Chapter LXXXXXIX	1620
Chapter LXXXXXX	1635
Chapter LXXXXXXI	1650
Chapter LXXXXXXII	1665
Chapter LXXXXXXIII	1680
Chapter LXXXXXXIV	1695
Chapter LXXXXXXV	1710
Chapter LXXXXXXVI	1725
Chapter LXXXXXXVII	1740
Chapter LXXXXXXVIII	1755
Chapter LXXXXXXIX	1770
Chapter LXXXXXXX	1785
Chapter LXXXXXXXI	1800
Chapter LXXXXXXXII	1815
Chapter LXXXXXXXIII	1830
Chapter LXXXXXXXIV	1845
Chapter LXXXXXXXV	1860
Chapter LXXXXXXXVI	1875
Chapter LXXXXXXXVII	1890
Chapter LXXXXXXXVIII	1905
Chapter LXXXXXXXIX	1920
Chapter LXXXXXXXI	1935
Chapter LXXXXXXXII	1950
Chapter LXXXXXXXIII	1965
Chapter LXXXXXXXIV	1980
Chapter LXXXXXXXV	1995
Chapter LXXXXXXXVI	2010
Chapter LXXXXXXXVII	2025
Chapter LXXXXXXXVIII	2040
Chapter LXXXXXXXIX	2055
Chapter LXXXXXXXI	2070
Chapter LXXXXXXXII	2085
Chapter LXXXXXXXIII	2100
Chapter LXXXXXXXIV	2115
Chapter LXXXXXXXV	2130
Chapter LXXXXXXXVI	2145
Chapter LXXXXXXXVII	2160
Chapter LXXXXXXXVIII	2175
Chapter LXXXXXXXIX	2190
Chapter LXXXXXXXI	2205
Chapter LXXXXXXXII	2220
Chapter LXXXXXXXIII	2235
Chapter LXXXXXXXIV	2250
Chapter LXXXXXXXV	2265
Chapter LXXXXXXXVI	2280
Chapter LXXXXXXXVII	2295
Chapter LXXXXXXXVIII	2310
Chapter LXXXXXXXIX	2325
Chapter LXXXXXXXI	2340
Chapter LXXXXXXXII	2355
Chapter LXXXXXXXIII	2370
Chapter LXXXXXXXIV	2385
Chapter LXXXXXXXV	2400
Chapter LXXXXXXXVI	2415
Chapter LXXXXXXXVII	2430
Chapter LXXXXXXXVIII	2445
Chapter LXXXXXXXIX	2460
Chapter LXXXXXXXI	2475
Chapter LXXXXXXXII	2490
Chapter LXXXXXXXIII	2505
Chapter LXXXXXXXIV	2520
Chapter LXXXXXXXV	2535
Chapter LXXXXXXXVI	2550
Chapter LXXXXXXXVII	2565
Chapter LXXXXXXXVIII	2580
Chapter LXXXXXXXIX	2595
Chapter LXXXXXXXI	2610
Chapter LXXXXXXXII	2625
Chapter LXXXXXXXIII	2640
Chapter LXXXXXXXIV	2655
Chapter LXXXXXXXV	2670
Chapter LXXXXXXXVI	2685
Chapter LXXXXXXXVII	2700
Chapter LXXXXXXXVIII	2715
Chapter LXXXXXXXIX	2730
Chapter LXXXXXXXI	2745
Chapter LXXXXXXXII	2760
Chapter LXXXXXXXIII	2775
Chapter LXXXXXXXIV	2790
Chapter LXXXXXXXV	2805
Chapter LXXXXXXXVI	2820
Chapter LXXXXXXXVII	2835
Chapter LXXXXXXXVIII	2850
Chapter LXXXXXXXIX	2865
Chapter LXXXXXXXI	2880
Chapter LXXXXXXXII	2895
Chapter LXXXXXXXIII	2910
Chapter LXXXXXXXIV	2925
Chapter LXXXXXXXV	2940
Chapter LXXXXXXXVI	2955
Chapter LXXXXXXXVII	2970
Chapter LXXXXXXXVIII	2985
Chapter LXXXXXXXIX	3000
Chapter LXXXXXXXI	3015
Chapter LXXXXXXXII	3030
Chapter LXXXXXXXIII	3045
Chapter LXXXXXXXIV	3060
Chapter LXXXXXXXV	3075
Chapter LXXXXXXXVI	3090
Chapter LXXXXXXXVII	3105
Chapter LXXXXXXXVIII	3120
Chapter LXXXXXXXIX	3135
Chapter LXXXXXXXI	3150
Chapter LXXXXXXXII	3165
Chapter LXXXXXXXIII	3180
Chapter LXXXXXXXIV	3195
Chapter LXXXXXXXV	3210
Chapter LXXXXXXXVI	3225
Chapter LXXXXXXXVII	3240
Chapter LXXXXXXXVIII	3255
Chapter LXXXXXXXIX	3270
Chapter LXXXXXXXI	3285
Chapter LXXXXXXXII	3300
Chapter LXXXXXXXIII	3315
Chapter LXXXXXXXIV	3330
Chapter LXXXXXXXV	3345
Chapter LXXXXXXXVI	3360
Chapter LXXXXXXXVII	3375
Chapter LXXXXXXXVIII	3390
Chapter LXXXXXXXIX	3405
Chapter LXXXXXXXI	3420
Chapter LXXXXXXXII	3435
Chapter LXXXXXXXIII	3450
Chapter LXXXXXXXIV	3465
Chapter LXXXXXXXV	3480
Chapter LXXXXXXXVI	3495
Chapter LXXXXXXXVII	3510
Chapter LXXXXXXXVIII	3525
Chapter LXXXXXXXIX	3540
Chapter LXXXXXXXI	3555
Chapter LXXXXXXXII	3570
Chapter LXXXXXXXIII	3585
Chapter LXXXXXXXIV	3600
Chapter LXXXXXXXV	3615
Chapter LXXXXXXXVI	3630
Chapter LXXXXXXXVII	3645
Chapter LXXXXXXXVIII	3660
Chapter LXXXXXXXIX	3675
Chapter LXXXXXXXI	3690
Chapter LXXXXXXXII	3705
Chapter LXXXXXXXIII	3720
Chapter LXXXXXXXIV	3735
Chapter LXXXXXXXV	3750
Chapter LXXXXXXXVI	3765
Chapter LXXXXXXXVII	3780
Chapter LXXXXXXXVIII	3795
Chapter LXXXXXXXIX	3810
Chapter LXXXXXXXI	3825
Chapter LXXXXXXXII	3840
Chapter LXXXXXXXIII	3855
Chapter LXXXXXXXIV	3870
Chapter LXXXXXXXV	3885
Chapter LXXXXXXXVI	3900
Chapter LXXXXXXXVII	3915
Chapter LXXXXXXXVIII	3930
Chapter LXXXXXXXIX	3945
Chapter LXXXXXXXI	3960
Chapter LXXXXXXXII	3975
Chapter LXXXXXXXIII	3990
Chapter LXXXXXXXIV	4005
Chapter LXXXXXXXV	4020
Chapter LXXXXXXXVI	4035
Chapter LXXXXXXXVII	4050
Chapter LXXXXXXXVIII	4065
Chapter LXXXXXXXIX	4080
Chapter LXXXXXXXI	4095
Chapter LXXXXXXXII	4110
Chapter LXXXXXXXIII	4125
Chapter LXXXXXXXIV	4140
Chapter LXXXXXXXV	4155
Chapter LXXXXXXXVI	4170
Chapter LXXXXXXXVII	4185
Chapter LXXXXXXXVIII	4200
Chapter LXXXXXXXIX	4215
Chapter LXXXXXXXI	4230
Chapter LXXXXXXXII	4245
Chapter LXXXXXXXIII	4260
Chapter LXXXXXXXIV	4275
Chapter LXXXXXXXV	4290
Chapter LXXXXXXXVI	4305
Chapter LXXXXXXXVII	4320
Chapter LXXXXXXXVIII	4335
Chapter LXXXXXXXIX	4350
Chapter LXXXXXXXI	4365
Chapter LXXXXXXXII	4380
Chapter LXXXXXXXIII	4395
Chapter LXXXXXXXIV	4410
Chapter LXXXXXXXV	4425
Chapter LXXXXXXXVI	4440
Chapter LXXXXXXXVII	4455
Chapter LXXXXXXXVIII	4470
Chapter LXXXXXXXIX	4485
Chapter LXXXXXXXI	4500
Chapter LXXXXXXXII	4515
Chapter LXXXXXXXIII	4530
Chapter LXXXXXXXIV	4545
Chapter LXXXXXXXV	4560
Chapter LXXXXXXXVI	4575
Chapter LXXXXXXXVII	4590
Chapter LXXXXXXXVIII	4605
Chapter LXXXXXXXIX	4620
Chapter LXXXXXXXI	4635
Chapter LXXXXXXXII	4650
Chapter LXXXXXXXIII	4665
Chapter LXXXXXXXIV	4680
Chapter LXXXXXXXV	4695
Chapter LXXXXXXXVI	4710
Chapter LXXXXXXXVII	4725
Chapter LXXXXXXXVIII	4740
Chapter LXXXXXXXIX	4755
Chapter LXXXXXXXI	4770
Chapter LXXXXXXXII	4785
Chapter LXXXXXXXIII	4800
Chapter LXXXXXXXIV	4815
Chapter LXXXXXXXV	4830
Chapter LXXXXXXXVI	4845
Chapter LXXXXXXXVII	4860
Chapter LXXXXXXXVIII	4875
Chapter LXXXXXXXIX	4890
Chapter LXXXXXXXI	4905
Chapter LXXXXXXXII	4920
Chapter LXXXXXXXIII	4935
Chapter LXXXXXXXIV	4950
Chapter LXXXXXXXV	4965
Chapter LXXXXXXXVI	4980
Chapter LXXXXXXXVII	4995
Chapter LXXXXXXXVIII	5010
Chapter LXXXXXXXIX	5025
Chapter LXXXXXXXI	5040
Chapter LXXXXXXXII	5055
Chapter LXXXXXXXIII	5070
Chapter LXXXXXXXIV	5085
Chapter LXXXXXXXV	5100
Chapter LXXXXXXXVI	5115
Chapter LXXXXXXXVII	5130
Chapter LXXXXXXXVIII	5145
Chapter LXXXXXXXIX	5160
Chapter LXXXXXXXI	5175
Chapter LXXXXXXXII	5190
Chapter LXXXXXXXIII	5205
Chapter LXXXXXXXIV	5220
Chapter LXXXXXXXV	5235
Chapter LXXXXXXXVI	5250
Chapter LXXXXXXXVII	5265
Chapter LXXXXXXXVIII	5280
Chapter LXXXXXXXIX	5295
Chapter LXXXXXXXI	5310
Chapter LXXXXXXXII	5325
Chapter LXXXXXXXIII	5340
Chapter LXXXXXXXIV	5355
Chapter LXXXXXXXV	5370
Chapter LXXXXXXXVI	5385
Chapter LXXXXXXXVII	5400
Chapter LXXXXXXXVIII	5415
Chapter LXXXXXXXIX	5430
Chapter LXXXXXXXI	5445
Chapter LXXXXXXXII	5460
Chapter LXXXXXXXIII	5475
Chapter LXXXXXXXIV	5490
Chapter LXXXXXXXV	5505
Chapter LXXXXXXXVI	5520
Chapter LXXXXXXXVII	5535
Chapter LXXXXXXXVIII	5550
Chapter LXXXXXXXIX	5565
Chapter LXXXXXXXI	5580
Chapter LXXXXXXXII	5595
Chapter LXXXXXXXIII	5610
Chapter LXXXXXXXIV	5625
Chapter LXXXXXXXV	5640
Chapter LXXXXXXXVI	5655
Chapter LXXXXXXXVII	5670
Chapter LXXXXXXXVIII	5685
Chapter LXXXXXXXIX	5700
Chapter LXXXXXXXI	5715
Chapter LXXXXXXXII	5730
Chapter LXXXXXXXIII	5745
Chapter LXXXXXXXIV	5760
Chapter LXXXXXXXV	5775
Chapter LXXXXXXXVI	5790
Chapter LXXXXXXXVII	5805
Chapter LXXXXXXXVIII	5820
Chapter LXXXXXXXIX	5835
Chapter LXXXXXXXI	5850
Chapter LXXXXXXXII	5865
Chapter LXXXXXXXIII	5880
Chapter LXXXXXXXIV	5895
Chapter LXXXXXXXV	5910
Chapter LXXXXXXXVI	5925
Chapter LXXXXXXXVII	5940
Chapter LXXXXXXXVIII	5955
Chapter LXXXXXXXIX	5970
Chapter LXXXXXXXI	5985
Chapter LXXXXXXXII	6000
Chapter LXXXXXXXIII	6015
Chapter LXXXXXXXIV	6030
Chapter LXXXXXXXV	6045
Chapter LXXXXXXXVI	6060
Chapter LXXXXXXXVII	6075
Chapter LXXXXXXXVIII	6090
Chapter LXXXXXXXIX	6105
Chapter LXXXXXXXI	6120
Chapter LXXXXXXXII	6135
Chapter LXXXXXXXIII	6150
Chapter LXXXXXXXIV	6165
Chapter LXXXXXXXV	6180
Chapter LXXXXXXXVI	6195
Chapter LXXXXXXXVII	6210
Chapter LXXXXXXXVIII	6225
Chapter LXXXXXXXIX	6240
Chapter LXXXXXXXI	6255
Chapter LXXXXXXXII	6270
Chapter LXXXXXXXIII	6285
Chapter LXXXXXXXIV	6300
Chapter LXXXXXXXV	6315
Chapter LXXXXXXXVI	6330
Chapter LXXXXXXXVII	6345
Chapter LXXXXXXXVIII	6360
Chapter LXXXXXXXIX	6375
Chapter LXXXXXXXI	6390
Chapter LXXXXXXXII	6405
Chapter LXXXXXXXIII	6420
Chapter LXXXXXXXIV	6435
Chapter LXXXXXXXV	6450
Chapter LXXXXXXXVI	6465
Chapter LXXXXXXXVII	6480
Chapter LXXXXXXXVIII	6495
Chapter LXXXXXXXIX	6510
Chapter LXXXXXXXI	6525
Chapter LXXXXXXXII	6540
Chapter LXXXXXXXIII	6555
Chapter LXXXXXXXIV	6570
Chapter LXXXXXXXV	6585
Chapter LXXXXXXXVI	6600
Chapter LXXXXXXXVII	6615
Chapter LXXXXXXXVIII	6630
Chapter LXXXXXXXIX	6645
Chapter LXXXXXXXI	6660
Chapter LXXXXXXXII	6675
Chapter LXXXXXXXIII	6690
Chapter LXXXXXXXIV	6705
Chapter LXXXXXXXV	6720
Chapter LXXXXXXXVI	6735
Chapter LXXXXXXXVII	6750
Chapter LXXXXXXXVIII	6765
Chapter LXXXXXXXIX	6780
Chapter LXXXXXXXI	6795
Chapter LXXXXXXXII	6810
Chapter LXXXXXXXIII	6825
Chapter LXXXXXXXIV	6840
Chapter LXXXXXXXV	6855
Chapter LXXXXXXXVI	6870
Chapter LXXXXXXXVII	6885
Chapter LXXXXXXXVIII	6900
Chapter LXXXXXXXIX	6915
Chapter LXXXXXXXI	6930
Chapter LXXXXXXXII	6945
Chapter LXXXXXXXIII	6960
Chapter LXXXXXXXIV	6975
Chapter LXXXXXXXV	6990
Chapter LXXXXXXXVI	7005
Chapter LXXXXXXXVII	7020
Chapter LXXXXXXXVIII	7035
Chapter LXXXXXXXIX	7050
Chapter LXXXXXXXI	7065
Chapter LXXXXXXXII	7080
Chapter LXXXXXXXIII	7095
Chapter LXXXXXXXIV	7110
Chapter LXXXXXXXV	7125
Chapter LXXXXXXXVI	7140
Chapter LXXXXXXXVII	7155
Chapter LXXXXXXXVIII	7170
Chapter LXXXXXXXIX	7185
Chapter LXXXXXXXI	7200
Chapter LXXXXXXXII	7215
Chapter LXXXXXXXIII	7230
Chapter LXXXXXXXIV	7245
Chapter LXXXXXXXV	7260
Chapter LXXXXXXXVI	7275
Chapter LXXXXXXXVII	7290
Chapter LXXXXXXXVIII	7305
Chapter LXXXXXXXIX	7320
Chapter LXXXXXXXI	7335
Chapter LXXXXXXXII	7350
Chapter LXXXXXXXIII	7365
Chapter LXXXXXXXIV	7380
Chapter LXXXXXXXV	7395
Chapter LXXXXXXXVI	7410
Chapter LXXXXXXXVII	7425
Chapter LXXXXXXXVIII	7440
Chapter LXXXXXXXIX	7455
Chapter LXXXXXXXI	7470
Chapter LXXXXXXXII	7485
Chapter LXXXXXXXIII	7500
Chapter LXXXXXXXIV	7515
Chapter LXXXXXXXV	7530
Chapter LXXXXXXXVI	7545
Chapter LXXXXXXXVII	7560
Chapter LXXXXXXXVIII	7575
Chapter LXXXXXXXIX	7590
Chapter LXXXXXXXI	7605
Chapter LXXXXXXXII	7620
Chapter LXXXXXXXIII	7635
Chapter LXXXXXXXIV	7650
Chapter LXXXXXXXV	7665
Chapter LXXXXXXXVI	7680
Chapter LXXXXXXXVII	7695
Chapter LXXXXXXXVIII	7710
Chapter LXXXXXXXIX	7725
Chapter LXXXXXXXI	7740
Chapter LXXXXXXXII	7755
Chapter LXXXXXXXIII	7770
Chapter LXXXXXXXIV	7785
Chapter LXXXXXXXV	7800
Chapter LXXXXXXXVI	7815
Chapter LXXXXXXXVII	7830
Chapter LXXXXXXXVIII	7845
Chapter LXXXXXXXIX	7860
Chapter LXXXXXXXI	7875
Chapter LXXXXXXXII	7890
Chapter LXXXXXXXIII	7905
Chapter LXXXXXXXIV	7920
Chapter LXXXXXXXV	7935
Chapter LXXXXXXXVI	7950
Chapter LXXXXXXXVII	7965
Chapter LXXXXXXXVIII	7980
Chapter LXXXXXXXIX	7995
Chapter LXXXXXXXI	8010
Chapter LXXXXXXXII	8025
Chapter LXXXXXXXIII	8040
Chapter LXXXXXXXIV	8055
Chapter LXXXXXXXV	8070
Chapter LXXXXXXXVI	8085
Chapter LXXXXXXXVII	8100
Chapter LXXXXXXXVIII	8115
Chapter LXXXXXXXIX	8130
Chapter LXXXXXXXI	814

Figura palæstræ cum peristylis quadrato.

Occasus







- A Peristylum in palestra quadratum & oblongum, habens ambulationis circuitionem duum stadiorum.
- B Tres porticus simplices.
- C Porticus quarta ad meridianas cali regiones conversa, qua duplex est.
- D Exedra in tribus porticibus spatiosa, in quibus philosophi, & rhetores disputabant.
- E Ephebeum, id est, exedra, tertia parte longior, quam lata.
- F Coriceum à parte dextera.
- G Conisterium.
- H Frigida lavatio in versura porticus.
- I Eleothesium ad sinistram ephebei.
- K Frigidarium.
- L Iter in propnigeum in versura porticus.
- M Propnigeum.
- N Concamerata sudatio introrsus è regione frigidarii, longitudine duplex, quam latitudine, habens
- Q Exitus è peristyllo
- R Porticus extra palestram prima exeuntibus.
- S Porticus secunda spectans ad septentrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.
- T Porticus tertia simplex, ita facta, ut habeat
- V Margines circa parietes.
- X Margines ad columnas.
- Z Medium excavatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali.
- a Hypathrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quæ à Latinis xylta, à Græcis ᾠδαποίδες vocabantur.
- b Silva vel platanones inter dictas duas porticus.
- * Stationes ex opere signino,
- d Stadium ita figuratum ut possent hominum copia cum laxamento athletas certantes spectare.
- c Loca de quibus etsi non meminerit Vitruvius, fuisse tamen in palestra necesse est, ut lignarium, aquarium, vasarium, latrina, ministrorum cella, & similia.

CAPVT VII.

De variis hominum generibus, quæ in Gymnasiis conveniebant.

^a 10. meth.

^b Epist. 56.

^c Satyr. 7.

Tanta, adeoque varia hominum in gymnasiis conversantium erat multitudo, ut referente ^a Galeno, sæpenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuavis clamor, de quo conquerebatur ^b Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitum, his verbis apud Nonium: *Ita uti soliti Romæ eramus in balneis plodere capimus, & murmurari.* Sed ne singulis enarrando nimis à proposito recedam, præcipua quædam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasiis conversantium erant philosophi, rhetores, reliquæ, qui studiis delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicut ^c Juvenalis his versibus demonstrat, quibus rhetoris & præceptoris conditiones exponit:

*Sed vos sævas imponite leges,
Vt præceptorum verborum regula constet.
Vt legat historias, auctores noverit omnes,
Tamquam unguis, digitosque suos, ut forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phæbi balnea, dicat
Nutricem Anchisæ, nomen, patriamque noverca.*

^d 13. meth.

^e In lib. de
libris propriis.

Et sicuti etiam ^d Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cujusdam philosophi Cynici in Trajani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romæ loca, in quibus litterariæ exercitationes obirentur, ex variis ^e Galeni libri cognoscitur, templum pacis antequam confligaret, gymnasia publica, & *ἀνδρείαæ*. Inter quæ scholam medicorum appellatam si quis recenscat, mea sententia à vero non errabit. fuit autem ea in Esquiliis ædificata, multisque imaginibus, atque marmoribus ornatissima, ut ex ruinis illius partis à pluribus, & præsertim à Ligorio observatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo præter dispositiones, & alia medicinæ studiosorum

exer-

exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegiis vocatis fit, quando & scholam ejusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romæ ad D. Sebastiani repertum.

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO.
SCHOLAE. MEDICORVM
M. LIVIVS. EVTYCHVS.
ARCHIATROS. OLL. D. II.
IN. FR. PED. IIII.

Alterum genus erat adolescentes, qui ut exercitationum observationes atque modos addiscerent, ad gymnasia accedebant, ubi à gymnastis ipsis quascumque cupiebant exercitationes, edocebantur. Adolescentes liberos palæstram ediscere solitos fuisse facile convincitur ex illis Parmenonis apud ^a Terentium verbis, quibus ille Cheream sub forma Eunuchi Thaidi offerens ait :

In Eunuchos
actu 3. scena 2.

—— *Fac periculum in litteris,
Fac in palæstra, in muscis. quæ liberum,
Scire æquom est adolescentem, solertem dabo.*

id quod clarius infra demonstrabo. Tertium genus erant Athletæ qui ibi se exercebant, ut in publicis ludis seu in sacris certaminibus possent & populum delectare, necnon victoria ac præmiis potiri. & quod hoc fuerit, præter Vitruvii auctoritatem Suetonius clarissime demonstrat, dum refert Neronem quandoque *gymnasium ingredi solitum, ut certantes athletas spectaret.* Quartum genus erant omnes illi sive nobiles, sive ignobiles, qui vel militaris disciplinæ & fortitudinis, vel tuendæ sanitatis & boni habitus comparandi gratia variis exercitationum generibus incumbabant; de prioribus est locus apud Cassiodorum libr. v. epist. XXI I I. male à Pamelio adnot. ad Tertull. lib. de spect. intellectus, ubi ita scribit. *Ostentent juvenes nostris bellis, quod in gymnasio didicere virtutis.* In posterioribus vero ^b Galenum nostrum numerare possumus, cum scribat se anno ætatis suæ trigesimo quinto passum fuisse luxationem summi humeri in palæstra. Quintum genus erat eorum,

^b In 1. de arti.

^a 2. tuend.
val.

Lib. 3.
cap. 12.

^c Lib. 17.
cap. 41.

qui fricabantur, licet enim frictiones fierent à multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque sine ulla exercitatione seorsum ab aliis, ut de Vespasiano tradit Suetonius, solum fricabantur, quod intelligi potest ex ^a Galeno, frictionem ad exercitationes præparatoriam à reliquis distinguente. Sextum genus erat, qui lavabantur, atque hi erant tum nobiles, tum ignobiliores. Hoc tamen intererat, quod divites atque primates labra & colymbithras proprias in cellis alioqui communibus habebant, ubi soli diversis temporibus lavabantur, multi erant qui etiam folia vel lignea, vel argentea (quod recitat ^b Plinius) secum ferrent, ne pedes nudos collocarent, ubi vilissimi quique ponebant, quamvis etiam referant nonnulli Hadrianum Imperatorem lavari solitum, ubi plebs lavabatur: quod & Titum Cæsarem fecisse scribit Suetonius. Qui vero dumtaxat ungerentur nulli in gymnasiis reperiiebantur, quoniam vel exercitationum vel balnearum gratia ungebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasia conveniebant, qui non aliud, nisi ad videndos exercitatores utpote otiosi, & nullis negotiis occupati eo accedebant. Quo in loco id etiam animadvertendum censeo, diebus festivis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut aliis servitiis detenti otiantes, in illis ob remittendos labores & voluptatem capiundam versabantur. An in Romanorum thermis mulieres quoque versarentur, quemadmodum viri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanam majestatem illud dedecuisse videtur, facileque fieri potest, ut impuræ aliquæ, & spectandi & ludendi gratia, quod Juvenalis & Martialis innuunt, publice versarentur in gymnasiis, necnon in locis separatis, quæ ibi lavandis feminis solis extructa essent, perinde ac in privatis balneis honestæ mulieres lavarentur tam ignobiles & mediocri loco natæ, quam illustriores, cum de Poppæa Domitii Neronis uxore refert ^c Plinius, quod *ad augendum cutis candorem quingentas asinas factas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam folio totum corpus illo lacte macerabat*: quod intellexit Juvenalis dum scripsit.

—— aut pingua Poppæana
 Spirat, —— &
 Incipit agnosci, atque illo lacte fovetur.
 Propter quod secum comites educit asellas.

In quem dealbandi corporis usum alias mulieres *farinam fabaceam*, alias *nitrum*, *aphronitrumque* in balneis usurpassè meminit ^a Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum viris in palæstris exerceri se confuevisse, præter alios, fatis testatum facit Propertius lib. III. Eleg. XII.

^a Primo de
 alim. fac.

*Multa tua, Sparte, miramur jura palæstra,
 Sed mage virginæ tot bona gymnasii:
 Quod non infames exercet corpore ludos
 Inter luctantes nuda puella viros:
 Cum pila veloces fallit per brachia jactus,
 Increpat & versi clavis adunca trochi,
 Pulverulentaque ad extremas stat femina metas,
 Et patitur duro vulnera pancratio,
 Nunc ligat ad cæstum gaudentia brachia loris,
 Missile nunc disci pondus in orbe rotat.*

Neque de hoc Spartanorum more quisquam mirari debet, quando & Plato in quinto de republ. gravissimis argumentis probavit ad felicem rerumpublicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam juvenes, quam seniores una cum viris nudæ in palæstris atque gymnasiis exerçantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamve ex consuetudine consequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinandi.

C A P V T V I I I.

De Gymnasiorum diversis partibus.

Vitrivium qui Augusti Cæsaris ætate floruit, solum palæstras Græcas tradidisse ex ipsius verbis constat, quando nondum Romani Imperatores suas extruere cœperant, quas

postea extractas sicuti in multis Græcorum gymnasiis similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile fit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quæ vel Græcos latuerant, vel parum ab illis æstimata fuerant : Quocirca partes gymnasiorum magis principales explicaturus haudquaquam solas à Vitruvio significatas in medium afferam, sed illas nullo situs ordine servato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas invenio, quasve rei ipsius ratio exposulare videtur in Græcis atque Romanis palæstris extitisse : quamquam Vitruvii auctoritatem nunquam multifaciendam existimavi, nempe quem *μεγαδοξόλογον* & sua ætate minime æstimatum puto, quod enim ab Augusto nullis egregiis fabricis, nisi solis Balistis præfectus fuerit, quando scilicet in urbe & extra urbem magnifica ædificia extruebantur, quod etiam à nullo fere posteriore auctore nominatus invenitur, præterquam in capitum Plinii librorum catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, vel saltem adulteratus putatur, magnam certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primæ gymnasiorum partes fuerunt porticus exedris sive cubilibus apertis plenæ, in quibus philosophi & rhetores, mathematici, & omnium denique disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur : atque has non longe ab aliis admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex proverbio inde nato (*discum quam philosophum audire malunt*) quod in eos dicebatur, qui in eodem gymnasio inter philosophos sedentes, atque inde discorum crepitus audientes, relicta sapientiæ schola, ad proximum certaminum locum crumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atque pueros illos, qui disciplinarum studiis operam navabant, versatos esse rationi consentaneum est : quod essent illæ veluti scholæ quædam, ubi possent facillime post animorum exercitationes corpora ad sanitatem, vel fortitudinem juvenes & pueri exercere, subindeque lavari. extat enim Lampridii auctoritas, Alexandrum Severum *post lectionem operam modo palastra, modo sphaisterio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introivisse*. Inter has adnumero quoque medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebeum, quo mihi verisimile apparet

cos

eos convenire, atque de præmiis, & exercendi genere pactiones facere solitos, qui simul exerceri, ac certare volebant: quamquam sciam Philandrum ejus opinionis fuisse, quod in Ephebeo puberes exercerentur. qua in re ipsum valde melius sensitisse existimo, quam Guljelmum Choulum, qui in suo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebeo *juvenes studendi gratia sedisse*, scriptis mandavit. Vtrum vero apud Romanos, qui cum viris ante decimum sextum annum pueros commercium ullum habere vetabant, hoc verum fuerit, affirmare non auderem. Neque item negare possumus, ^a Galeni tempore, pueros exerceri in palæstra consuevisse, cum is cujusdam ægritudinis, quam Commodus puer, atque Imperatoris filius in palæstra acquisiverat, mentionem faciat: *ἔγω γὰρ ὅστις εἰσαίρηχάμην ἐκ χειρὸς καὶ πάτερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τὰς παῖδας εἰς δυνάμιν ἀνασχεύοντες.* id est: *sic autem, & quicumque per funem scandit quem admodum pueros in palaestra exercent, eos ad robur preparantes.* Ex quibus verbis pueros in palæstris exerceri solitos fuisse satis constaret, nisi id quoque ^b Plautus in Bacchidibus apertissime testatus esset, ubi Lydus Pistocleri pædagogus, patrum erga filios sui temporis indulgentiam taxans, de antea acti temporis moribus ita loquitur.

^a Li. de præc.
ad Posth.

^b actu. 3. sc. 3.

*Nego tibi hoc annis viginti fuisse primis copia
Digitum longe à pædagogo pedem ut efferes adibus.
Ante Solem exorientem nisi in palastram veneras,
Gymnasi præfecto haud mediocres pænas penderes.
Id quod obtigerat, hoc etiam ad malum accersebatur malum,
Et discipulus & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila
Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut saviis.*

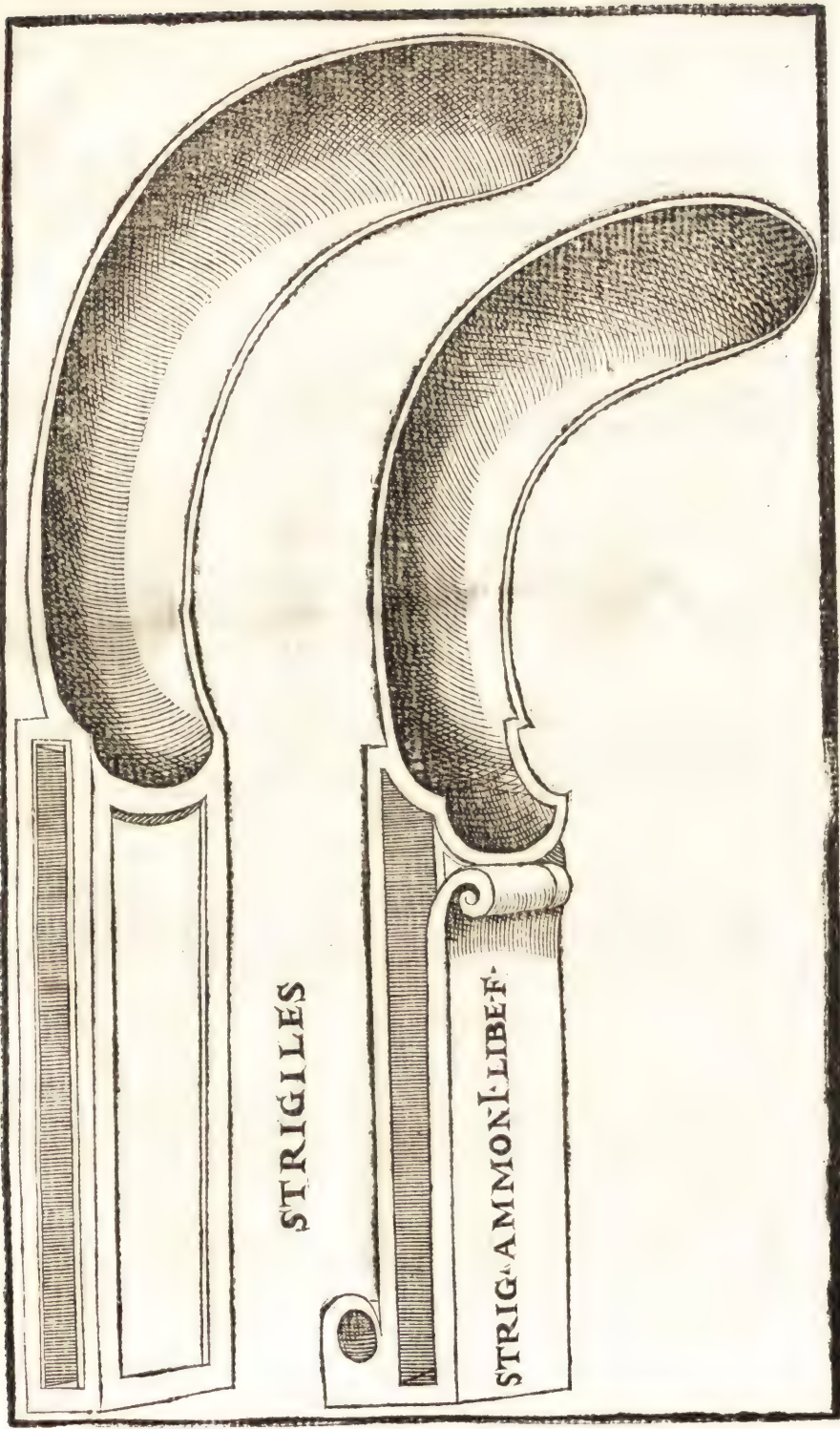
Vnde mihi conjiciendum videtur pueris summo mane palæstram adeundi præceptum fuisse, ut virorum, qui tunc non aderant, commercium vitarent, atque etiam litterarum studiis incumbendi otium superesset. etenim non defuisse, qui pueros nudos videre, & nefandum eorum amorem sibi conciliare ex palæstris studerent, facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. habetur autem ex citato Plauti loco gymnasia publi-

ca

ca Romæ etiam fuisse ante Neronis principatum, sicut & ex Catullo, ac aliis. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui vel exerceri, vel lavari, vel utrumque agere volebant, inserviebat, alias à Græcis ἀποδυτήριον, & à Galeno γυμναστήριον vocatus. Nisi enim Coriceum apud Vitruvium talem locum significat, palæstras ab ipso descriptas absque hac parte omnium maxime necessaria extitisse dicendum esset, quam non solum in publicis gymnasiis, verum etiam in privatis affuisse credo, si quidem ^a Plinius Cæcilius in descriptionibus villæ suæ Laurentinæ ac Tuscorum apodyterium inter alia adnumerat: unde illorum sententias probare nequeo, qui Coryceum in Vitruvii textu legendum putarunt, à coryco, pilæ specie, quasi ibi ludus talis ageretur, aut couriceum pro tonstrina, aut coryceum, tanquam in eo puellæ & virgines, καὶ Græcis vocatæ exercerentur. Quarta pars erat elæothesium à Iulio Polluce ἀλειπήριον, à ^b Cæcilio Plinio unctuarium vocatum, atque in isto luctaturi, & alias exercitationes, vel balneas imituri ungebantur, redungebanturque. Sed, quoniam opportunitas rei postulare videtur, ut de hoc gymnastico ungendi munere verba faciam, neque Metrodori Scepsii περὶ τῆς ἀλειπικῆς, id est, *de ungendi ratione*, citatus ab Athenæo liber, hodie extat, quatuor ego dicam: primum, *quando & qui ungerentur*, secundum *quæ esset unctio- nis materia*: tertium, *cujus finis gratia ungerentur*: quartum, *quo modo, & à quibus unctio administraretur*. Illi qui vel loturi vel sese exercitaturi in gymnasium veniebant, majori ex parte spoliabantur in apodyterio: postea horum nonnulli, & præsertim qui vel luctam, vel pancratium inire intendebant, (nam pugilatores, cursores, ac alii multi unctio non egebant) alipterium ingredientibus ungebantur, atque ita uncti ad locum, ubi erat pulvis, de quo loquar inferius, transeuntes pulvere conspergebantur, sicque deinceps in exercitationes diversas diversi prodibant: postquam vero sese, quantum libuerat, exercuissent, iterum ad unctuarium reverentes, ibi à mediastinis & reuñtoribus *strigilibus* ferreis, de quibus Martialis lib. x i v. Epigr. x l i x.

^a Lib. 2. Epist. 17. & Lib. 5. Epist. 6.

^b Lib. 2. Epist. 17.



STRIGILES

STRIG. AMMONI. LIBEF.

*Pergamus has misit curvo destringere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,*

detergebantur, in qua deterfione oleum, pulvis, & sudor, quæ deradebantur, simul mixta in usum medicum adservabantur, & ab Atticis *πανίσταλος*, ab aliis vero *πάτος* vocabatur, ut ex ^a Dioscoride, ^b Plinio, ^c Galeno, & ^d Aetio facillime confirmari potest: tametsi Avicenna libro secundo faciat mentionem etiam sudoris sicci athletarum, quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque pulvis inerat. & quamvis Galeni ætate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihilominus balneorum strigiles plerumque spongiæ erant, vel linei, neque communiter semper administrabantur, sed quisque proprium secum gerebat, & præsertim quicumque communia cum aliis instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v.

I puer, & strigiles Crispini ab balnea defer.

Ferrei autem erant, vel aurei, vel argentei, vel cornei, vel eburnei, vel ænei, quibus strigmenta & sordes exercitatorum à corporibus radebantur. Ænei strigiles erant, quorum pictura præcedenti pagina posita est, quive olim inter Trajani Imperatoris thermarum ruinas inventi sunt.

Deterfi tandem iterum diligentiores aliqui valetudinis aut deliciarum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingrediebantur, sed post egressi denuo ungebantur, modo simplici oleo, modo variis odoribus condito, modo diapasmate ad coërcendos sudores, ut scribit ^e Plinius, adeo quod varia erant ungendi tempora, interdum post balnea, quod Homeri temporibus observatum legimus, ut in 111. Odyss. *Ἀὐτὰρ ἐπεὶ λῶσέν τε ἔχρησεν λίπ' ἐλαίῳ*, id est, *Postquam lavit, & pingui oleo unxit*, & libr. 1 v. iterumque xv 11. *τὰς δ' ἐπεὶ δμῳαὶ λῶσιν, ἣ χρεῖσιν ἐλαίῳ*, id est, *Hos autem postquam famule laverunt, & unxerunt oleo*; interdum quoque ante, sicuti refert Galenus vi. de valetudine conservanda. De Archimede quædam apud Stobæum scitu digna leguntur: *cum scilicet abaco incumbentem, & figuras quasdam ducentem à famulis vi abstractum ungi solitum fuisse, atque ipsum in corpore ita uncto figuras mathe-*

^a Lib. 1. c. 3.
^b Lib. 14. c. 8.
^c li de sim.
med. 81. & 4 de
tu. va. Lib. 5.
& 10. de sim.
med. &
^d lib. 2. c. 17.

^e Lib. 21 c. 39.

mathematicas saepe designare consuevisse. Hac in parte gymnasiorum mansisse puto illos ministros, qui victus quaerendi gratia servandis vestibus inservientes, *olearii* nuncupabantur, quos etiam in balneis Asiae solitos esse perhibet Epiphanius hæres. xxx. Materia unctionis pro exercitandis varia fuit. Aristotelis tempore, & oleo simplici, & aqua mixto ungebantur: Is enim quinta problematum particula scripsit, *iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibetur; magis lassitudinem tollere, quam oleum simplex, quoniam ita interius penetrans exiccata membra humectat;* addo etiam ex Hippocrate II. de diæta minime hujusmodi unctiones permittere, ut corpora plus iusto incalescant; auctor est ^a Plinius Græcos vitiorum omnium genitores oleum primos in gymnasia invexisse, de quo dicebat Anacharsis Scythæ infaniam pharmacum, quoniam eo peruncti athletæ insanirent. Butyrum quoque apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleum, interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in usu fuisse testatum reliquit ^b Plinius, & post ipsum ^c Galenus: fuit & aliud mixturæ genus posterius inventum ex oleo, pulvere, & cera commixtum, quo ungebantur: atque illud *ceroma* à Plinio vocatum invenio, quo juventutem Romanam corpora exercendo vires animorum amisisse dicit: sicut & apud Martialem libro IV. de Endromide:

^a Lib. I §. c. 4.

^b Lib. II c. 41.
^c & lib. 28. c. 9.
 3. de aliment.
 fac. cap. 15.

Seu lentum ceroma teris.

& lib. v. epigr. LXV.

Et castigatum Libya ceroma palæstræ;

& lib. V I I. epigr. XXXI I.

Vara nec injecto ceromate brachia tendis.

Quamquam dubium non est, quin apud eundem Plinium, Senecam, & D. Hieronymum & alios *ceroma* vocatus sit locus ubi ungebantur, alias alipterium vocatum. Scribit item Plinius oleum in gymnasiis condiri odoribus, sed vilissimis consuevisse. Quæ omnia de unctionibus ante exercitationes adhibitis intelligi debent: cum post exercitationes, & post balnea infinita prope variorum odoribus conditorum unguentorum ge-

nera tradantur adhibita : quæ soli lasciviæ atque libidini inserviebant, atque hæc à Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quando scripsit, Solonem vetasse servis unctiões siccas, atque puerorum amorem, non item mulierum conjugium, nisi potius unctiões extra balnea factas, seu diaspasmata intellexerit. hunc morem oleis odoratis utendi apud externos quoque viguisse historia ab Athenæo relata Deipnosoph. V. satis testatum facit, ubi scribit *Antiochum Epiphanem apud Daphnem consuevisse certaminis die exhibere certantibus olea odorata, crocinum, amaracitum, telinum, irinum, & alia quibus ungerentur corpora.* Quo fine demum prædictis unctiõibus gymnasia adeuntes ungerentur, diversa ab auctoribus tradita invenio; Hippocrates in III. de diætâ memoriæ mandavit *terrarum pulverem oleo admisceri solitum*, ut suo frigore & siccitate olei æstum & humiditatem temperaret, Alexander in 1.^a Probl. volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi consuevisse, *ut membra emollita labores sine rupturâ ullius periculo sustinerent*, quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo *περὶ γυμνασίου*. Lucianus videtur sensitse luctatores pulvere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Antæo sermonem faciens ait.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

Plutarchus in libello de primo frigido hujus sententiæ fuisse videtur, quod athletæ in unctiõibus pulvere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere lassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimum usum pulveris extitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere valerent, neve sudore diffluerent, aut venti corpora aperta ingrederentur, atque hac de causâ à Martiale pulvis ille *ἀφ᾽* vocatus fuit, ut ibi (*flavescit happe*) unde si qui adversarios perunctos, & sine pulvere certantes vincebant, majori gloria digni habebantur, qualis fuit apud ^b Plinium Dioxippus, & Dioreus apud ^c Pausaniam, *ἀκονίτι* nomen promeritus. cujus rei mentionem fecit ^d Horatius, ita ad Mæcenatem scribens.

^b Lib. 35. cap.

11.

^c Lib. 6. Eliacor.

^d Lib. 1. Epist. epist. 1.

*Quis circum pagos, & circum compita pugnat,
Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit conditio dulcis sine pulvere palma?*

Ex quo satis mirari nequeo Budæum, virum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non viderit, malueritque ἀγωνίη, id est, ἀντὶ ἀγώνος, seu *sine certamine* simpliciter dictum esse, quamquam & hoc quoque non abnuo interdum aliquos esse coronatos sine certamine, vel, quod adversarius tempore constituto non comparuisset, vel, quod ob robur & vincendi consuetudinem à cunctis vitaretur, cujusmodi fuisse complures Pausanias, Diodorus, Heliodorus, atque Suidas commemorant, ἀγωνίη propterea nominatos. Alii sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora & levandas lassitudines. ^a Galenus sentit oleum tam ad exolvendam præteritam lassitudinem, & futuram mitigandam, quam ad præparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum aliqui fluxile diutius adhæreret. Quæ vero post balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inservisse, ne humiditas in balneis acquisita evanesceret, neve referatis à balnei calore meatibus nativa caliditas exspiraret. quamquam etiam aliqui delicatiores voluptatis & lasciviæ gratia odoriferis unguentis, aut siccis diapasmatis ad comprimendum immoderatum sudorem, ut scribit ^b Plinius, post balineas ungebantur, de quibus ^c Martialis.

^a 6. de tnen.
va. cap. ult.

^b lib. 13. c. 2.
^c lib. 1. ad.
Fescenniam.

Quid quod olet gravius mixtum diapasmate virus.

Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum invenio: est tamen valde probabile, nonnullos, cum prius seipsos fricasent, manibus propriis hoc egisse, aut alterum ab altero vicissim unctum, quod Lucianus in gymnasiis scribit; licet etiam à servis gymnasticis, atque reuñtoribus vocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorem unctionis penetrationem fricantes, tandem universum corpus modo leniter, modo secus prementes, perungebant, & prout temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentum applicabant: atque hæc omnia ut plurimum in alipterio fiebant: qui

nitro & aphronitro sese fricabant, ut meminit Cyprianus Epist. VII. lib. IV. ac Martialis lib. XIV. existimo illud eos agere solitos, ut sordes à corpore melius eluerent, atque exiccarent, quantum enim abstergere possit aphronitrum nemo ignorat. Prope quod erat *conisterium*, Polluci *κονίστρα* vocatum, quinta gymnasii pars, in quo positus pulvis conservabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex variis regionibus in hunc usum pulveres advectos legimus, sed duo palmam habuerunt, *Puteolanus*, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarchæa translatus pulvis arena,

& *Aegyptius*, quem Romam in hunc usum advehi solitum refert ^a Suetonius in Nerone, quemadmodum & Patrobium ^b Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenam tenuissimam non multum à Puteolano pulvere distantem ad debellanda corpora palæstræ studiis advexisse, eandemque à Leonato Cratero, & Meleagro, Alexandri Magni ducibus, cum reliquis militaribus commerciis portatam. cui forsàn haud absimilis illa erat, de qua Ovidius, Acheloi pugnam describens, loquitur.

Inque vicem fulvæ tractu flavescit arena.

^c Lib. 7. Nam, & ^e Martialis, Philænim irridens, quod palæstritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flavescere hac arena, quam *haphem* ab illo vocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inserviebat. *ἀφὴν* namque tactum significare, nemo nescit. Seneca Epist. LVII. *à ceromate nos haphe excepit.*

C A P V T I X.

De Palestra, & aliis Gymnasii partibus.

HActenus quinque gymnasii partes, quæ etiam in palæstra Græcorum à Vitruvio descriptæ inveniuntur, philosophorum exedras, ephebeum, apodyterium, unctuarium, & conisterium explicavimus: nunc ceteras partim ab eodem prætermittas, & ab aliis indicatas, partim ab ipso met explicatas prosequemur. Erat itaque sexta pars locus quidam *palestra* vocatus, ubi (dicebat Lydus ille ^d Plautinus)

cursu,

^d In Bacchidibus.

curſu, luctando, hafta, diſco, pugilatu, pila, ſalieno ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſaviis, & ubi ſcribit ^a Galenus has exercitationes peragi ſolitas luctam, pugilatun, ap- penſionem manibus ad funes, exercitationem, qua ſtabant pedibus & manibus in pugnum vincēis, easque alteri aperiendas porri- gebant, qua pondera manibus attollebant, & ita perſiſiebant, quod genus halteres vocatum eſt, ſchiamachia, & armorum pugna : Galeno vero aſſentiens Oribasius Pergamenus falſus eſt non modo has, ſed & alias ſexcentas fuiſſe palæſtræ exerci- tationes. Vnde animadvertendum eſt, palæſtram apud utrius- que linguæ auctores multa ſignificare, primo totum ipſum gymnaſium, ut eſt videre penes Vitruvium ; ſecundo locum quemcumque exercendis corporibus idoneum, quo pacto lo- cutus eſt Cicero in Epiſtola tertii libri ad Q. F. prima, & 11. de legibus, dum villam ſuam Arpinatem deſcribens, palæſtram ibi nominat, nec non Virgilius ſexto *Æneidos.*)

^a 2. de tue-
val. cp. 9.

Pars in gramineis exercent membra palæſtris,

& Geta apud ^b Terentium in Phormione, ubi dixit, *ecce me à ſua palæſtra exit foras.* Tertio certam gymnaſii partem, in qua ex ſententia ^c Plauti, ^d Galeni, & ^e Oribasii tot exercitationes factas prædiximus, & cujus parietum ſordes collectas in pan- no applicatas furunculos maturare ſcripſerunt ^f Plinius & Theo- dorus ^g Prifcianus : in qua ſignificatione accepiffe Catullum puto, ubi dixit.

^b Act. 3. ſcena
1.
^c In Bachidi-
bus
^d Lib. 5. de
ſimpl. med.
^e 6. collect.
cap. 14.
^f Lib. 28.
cap. 4.
^g Lib. de clariſ-
ſimator.

*Abero foro, palæſtra, ſtadio, & gymnaſiis ?
Miſer ah miſer.*

& Afranius ſcribens.

Et eam depellis mihi manum per palæſtricos,

Id eſt,

palæſtra uſum (ut ait Nonius) callentes.

Quod autem à palæſtræ muris, ſtatuſ, atque columnis ſtrig-
menta quædam à pulvere & luctantium corporum contactu
ibi factæ abraderentur, & in varios medicinæ uſus ſervaren-
tur, abunde teſtati ſunt Dioſcorides, Plinius & Galenus, quæ
ſtri-

strigmenta quandoque à ludorum magistratibus octingentis
Lib. 15. cap. 4. festertis vendita fuisse tradit ^a Plinius. Invenio quoque exer-
 citationem ipsam palæstrarum interdum palæstram vocari, sic-
 uti quandoque M. Tullius pro palæstra actiones ordinate &
 venuste factas metaphorice intelligere visus est auctoritate Lu-
 cilli, cujus hic versus legitur apud Prophyryonem, *Judicis Hor-*
tensi est ad eam rem nata palestra. necnon Plato in Charmi-
 de pro Taurci palæstra locum significavit, quo viri docti ad
 colloquendum disputandumque conveniebant. Ad hæc Plu-
 tarchus in secundo sympotiacon palæstram vocatum scribit lo-
 cum, ubi athletæ exercerentur, & in quo solum lucta & pan-
 cratium, non cursus, non pugilatus agerentur. quemadmo-
 dum & Galenus quandoque palæstram nuncupavit, ubi
 athletæ solum, & crassitudini corporis studentes exercerentur,
 quo pacto accipiendum reor apud Hippocratem, quum in prin-
 cipio primi Epid. narrat tubercula iis esse oborta, qui in palæ-
 stra & gymnasiis exercebantur. Forsan autem dubitavit aliquis,
b 2, de tuen-
val. cap. 9, an in palæstra hac pulvis stratus esset quoniam ^b Galenus ipsam
 à loco, ubi pulvis erat, separasse videtur hisce verbis : *Ἀλλὰ τὰ μὲν*
παιῦτα ἐν χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύνανται γίνεσθαι καθ' ὅπῃ
χωρεῖον ὑπὸ κροτον ὀρθῶν ἐσώτων. ὅσοι δὲ παλαίοντες εἰς ἀγῆλης δρῶσιν ἀσκήντες
ἢ τόνον, ἢ τοι κόνεως βαθείας, ἢ παλαίστρας δεῖται. *Sed & hac absque pa-*
lastra & alto pulvere in quocunque loco conculcato erectis stanti-
bis fieri possunt : quæ vero lucta inter se contententes agunt ro-
bori acquirendo incumbentes, vel alto pulvere, vel palestra opus
habent. Cui ita responsum volo, etiam in palæstra fuisse stra-
 tum pulverem, sed humilem, ac modicum, ita ut duo fue-
 rint loca pulvere strata, alterum palæstræ, alterum extra pa-
 læstram : in illo pulvis humilis, in hoc altus & copiosius es-
 set : cujus pulveris in utroque usus erat, tum ut certantes
 firmiter contenderent, neque pedibus laberentur : tum etiam
 ut qui in terram dejiciebantur, minus læderentur : At altus
 pulvis hoc amplius habebat, quod dum homines in illo
 pedes alte figebant, majori conatu ac vi ad eos tollendos
 opus habebant, atque inde robur majus comparabant. Quæ
c lib. 11, de
usu partium
& lib. de cau-
sis procatarti-
cis. omnia significavit Lucianus in libello de exercitationibus. de
hoc enim alto pulvere locutum puto ^c Galenum, ubi scribit se
 vidisse

vidisse athletas, sæpius, ne à pulvere suffocarentur, periclitantes, & ubi adolescentem quendam narrat ex concitato motu per loca profunda & arenosa facto valde exiccatum ad gymnasium se contulisse: quod ex iis esset, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri vellent. Quod palæstra quoque dicta sit ars oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budæus, sane non video. Septima gymnasii pars fuit *sphæristerium*, ubi variæ exercitationes, & præsertim cuncta pilæ exercitia, quæ plurima extitisse ^a infra demonstrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum à Vitruvio descriptum satis in superioribus probavimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnasiis tamen fuisse multis verbis ostendit Budæus, quinimmo, & in particularibus gymnasiis, hortisve Sphæristerium una cum aliis extructum fuisse, locupletissimum testem habemus juniorum ^b Plinium, qui villas suas describens Laurentinum & Tuscos, in utrisque *sphæristerium* ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque circulos caperet, idem & ex eo Pandectarum loco confirmari potest, ubi hæc ^c Vlpiani verba leguntur: *Cum Aurelius Quietus hospiti suo medico mandasse diceretur, ut in hortis ejus quos Ravenna habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphæristerium & hypocausta & quadam ipsius valetudini apta sua impensa faceret.* Unde quoque facile conjicitur in sphæristerio nedum pilæ ludos, verum etiam alias exercitationes fieri consuevisse, quando in ipso Vespasianus fauces, ceteraque membra (ut tradit Suetonius) sibimet ad numerum defricabat. Octava pars fuerunt viæ illæ, quæ inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitæ erant, ab omnibus ædificiis nudæ, necnon tota peristyllii area quæ & ad subministrandam porticibus ac cellis lucem factæ erant, & ad spatium, aliasve exercitationes obeundas, quæ nec in alto pulvere, nec in xystis, aliisve locis fieri possent. Has locum conculcatum paullo ante ex Galeno à nobis nominatum fuisse opinor ita vocatas, quod nullis lapidibus, lateribusve stratæ, sed rudes & æquato tantum solo forent. In his cursum factum existimo, atque ad id tum *dizuli*, tum *dolichi*, à quibus *dolichodromi*, & *diaulodromi* formas atque

^a lib. 2. c. 42

^b Lib. 2. Epist. 17.

^c Leg. 16 ff. de mandat

Lib. 5. cap.
11.

terminos ibi constitutos, tametsi apud ^a Vitruvium nil aliud fuerit diaulos, quam perystiliorum quadratorum circumitio duobus stadiis definita. In ipsis etiam saltus, & disci exercitationes, quas palæstræ negavit Galenus (ut mea fert sententia) interdum habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam utraque apud Græcos & Latinos non parum discriminis obtinent, siquidem xyſtos hi vocant porticus tectas ubi athletæ per hiemem & æstatem, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xyſta autem subdiales ambulationes, ubi hyeme tempestate leni è porticu prodeuntes, & æstate fere semper exercebantur, ac ambulabant: atque has *περιπόιδας* à Græcis nominatas scribit loco citato Vitruvius, quæ duplices erant, aliæ nudæ, aliæ platanis aliisque arboribus consistæ ad præstandum amœnitatem, atque illis, qui à sole offendeabantur, umbram. de his loquebatur ^b Plinius, dum *platanos Athenis in academiæ ambulatione celebratas* fuisse scribit: De iisdem quoque ^c Plinius junior sermonem habuit, quando in depingendis Tuscis ac Laurentina villis suis xyſtos toties decantat. Nec alium intellexit Ischomachus apud ^d Xenophontem, quando ambulationem in xyſto factam nominavit, sicuti nec Phædrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationem in viis, quam in cursibus sub hisce verbis: *Τῷ δὲ σῶ ἢ ἐμῷ ἐταίρῳ περιπόιδῃ. Ἀκκεμνῶν δὲ τὰς ὁδὸς ποιεῖται τὰς περιπάτους, φησὶ ὅτι ἀνθρωπίνους ἔν τῶν δρόμοις εἶναι*, Id est: *Tuo autem & meo socio obtemperans Acumeno, in viis ambulationes facio, nempe quas minorem lassitudinem iis, quæ fiunt in cursibus, parere dicit.* Id quod si Ficinus recte pensitasset; melius Platonis verba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Easdem ambulationes intellexit Justinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: *περιπατῶντί μοι ἐν τοῖς ἑξῆς περιπάτοις*, hoc est, *ambulanti mihi in xyſti ambulationibus*, quod ejus interpretes haud exacte percepisse videtur. Nemora, quæ & in thermis publicis deputasse, & in suis juxta Neronianas disruptis ædificiis Alexandrum Severum fecisse scribit ^e Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Græcorum.

^b lib. 12. cap.

^c lib. 2. Epist.
17. &
lib. 5. epist. 6.

^d In Oecon.
nom.

^e cap. 25.

CAPVT X.

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de Stadio.

DEcima gymnasiorum pars fuit *balneum*, quam ob delicias atque sanitatem omnium maxime æstimatam fuisse certum est, quamve cunctis aliis maiorem & pulchriorem extitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lavabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usque ad Asclepiadis & Pompei ætatem, non erat; quando ut scribit ^a Hippocrates & Galenus nondum publica balnea, aut privata accommode ædificata videbantur, rarique & raro lavabantur: tum quia multis locis balnea indigebant pro variis lavandorum commoditatibus, quæ necessario spatium majus requirebant, & ob id columnis, ac superbissimis marmoribus extruebantur. ut interim non omitam quanta privati viri, uti sint in privatis balneis ædificandis, *magnificentia*, de qua scriptum est à ^b Seneca, quod ^b Epist. 86. *quisque pauper sibi videbatur ac sordidus, nisi parietes balnearum magnis ac pretiosis orbibus refulissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undique operosa, & in pictura modum variata circumlitio prætexeretur, nisi vitro conderetur camera, nisi aquam argentea epistomia fudissent.* Ne statuarum & columnarum nihil sustinentium ornamentum fileatur, quod libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gemmas calcare vellent. Etrusci balneum à ^c Martiale, & à Statio elegantissime descriptum qui lectitarit, non poterit maiorum in extruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Vt autem de gymnasiorum balneis paullo plenior habeatur cognitio, hæc in præsentia solum (quando jam Andreas Baccius Elpidanus multæ lectionis atque doctrinæ vir post primam horum commentariorum editionem universam de Balneis materiam absolutissime tractavit) explicabimus, Primo, *qualia essent, & quæ loca balneis destinata*: Secundo, *quæ vasa & aris dispositio, ubi lavabantur*: Tercio, *cujus gratia lavarentur*: Quarto, *qui, & quando lavarentur*: materiam enim, qua lavabantur, plerumque aquam dul-

^a 3. com. de vic. rat. in acut.

^b Epist. 86.

^c Lib. 6 epigr. 4.
^d Lib. 1. Silv.

cem, vel pluvia collectam, vel ab aquæ ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corrivatam omnes sciunt. & quamvis apud Galenum, aliosque sæpenumero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen ægroti, aut valetudinarii utebantur, non gymnasia ingredientibus, de quibus solis nos loqui intendimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui *dulcibus non contentus aquis, marinas* teste Lampridio & Suetonio *atque Albulas in suas thermas deduci curavit.* Loca balneum universum constituentia à *a* Cicerone *balnearia* vocata, plurima fuisse reperio, frigidam lavationem sive *λσρεον*, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lavationem. Quæ vero balneis inseriebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & vasarium: Hæc omnia loca concamerata & fornicum modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarum reliquias contemplari voluerint. Nec quis miretur à nobis hic loca plura balneorum recenseri, quam à Vitruvio descripta inveniantur, quoniam, quæ ipse descripsit, à Græcis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda ædificia extruere cœperant, in quibus multo Græcis lasciviores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lavatio, sive *λσρεον*, locus erat, in quo frigida aquæ lavacra, & præsertim piscina, alias baptisterium à Plinio juniore vocitata, pro nationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob ætatem quando similis lavatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequiebantur sive ob valetudinem, sive ob delicias, qualis Alexander Severus, quem *rarissime in calidariis, fere semper in piscinis lavasse* scribit Lampridius. De hujus usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia videri possunt in decimo collect. lib. Auctor est Lampridius Heliogabalum *nunquam in piscinis se lavare passum esse, nisi illa croco, aliisve pretiosis unguentis fuissent infecta.* Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarii, aut calidarii frigidus aëre frui optabant: neque enim ulla ibi aquæ vasa reperiebantur, ut possent æstate plures convenire. non defuerunt qui in hac parte piscinam pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. I I I tractabimus, positam fuisse crediderint. At mihi verisimilius videtur.

a lib. 3. epist.
ad Q. Ira.
epist. I.

videtur eam in frigida lavatione, ubi alia frigida aqua servabatur, extitisse, cum in frigidario aquæ nullius apud auctores mentio habeatur : In parte fieri potest, ut loturi exuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parum distabat, adeo ut loturos, si ibi vestimenta deposuissent, nudos per ephebeum, frigidam lavationem, & reliqua loca transire necessum esset : tum quia probabile est in ephebeo homines sæpius inveniri consuesse, à quibus loturos haudquaque nudos conspici honestum erat. ex quo ad hæc omnia evitanda facile est in frigidario sese exuisse, eo magis quod ^a Varro atque ^b Plinius testati sunt, tam in urbibus, quam ruri apodyterium quoque fuisse balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atque ^c Oribasius significare visi sunt, ubi qua hora juvenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes, gymnasterium temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidarium ipsum : in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerans quatuor statuit, calidarium, calidam lavationem, quam *λεπρόν* vocat, frigidam lavationem, & quartam, in qua sudores detergerentur : sed hæc potius conjectura, quam ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquam hic dubitare debet quum Vitruvius unam partem, Galenus aliam *λεπρόν* vocent, quandoquidem non est rationi dissentaneum, utrasque eo nomine designatas esse, cum in ambabus homines lavarentur. Illud etiam hoc in loco commemorandum est, publicas balneas hanc partem admodum vastam, & cuivis perviam habuisse, ita ut vestimenta eorum qui lavabantur, facile furripi possent, ob quos lege cautum fuit fures balneorum gravius esse plectendos, quemadmodum præ ceteris copiose docuit Aristoteles sec. xxix. prob. xiv. quamquam & capsarios vocatos in eum conducere usum consuevisse balneatores atque alios sciam, ut vestimenta lavandorum à furibus conservarent, quod intellexisse puto Juvenalem eo versu x. Satyr.

^a 2. de re
iust. in pro.
^b lib. 5. epist. 6.
^c 10. Collect.
cap. 6.

Quem sequitur custos angusta vernula capsæ.

Et Ovidium lib. 111. de arte amandi.

*Cum, custode foris tunicam servante puella,
Celent furtivos balnea tuto jocos.*

Et Martialem lib. XI I.

*Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper,
Et supra togulam lusca sederet anus.*

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominum generibus inserviebat, tum illis, qui tepore aëris aut aquæ, vel utriusque ob voluptatem, sive valetudinem frui volebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lavari quærebant; hi etenim ne ab apodyterio sive frigidario ad calidarium, & rursum à balneo calido ad frigidarium, seu frigidam lavationem, tanquam ab extremo ad extremum prodeuntes, horrerent, aliterve offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabantur, quousque ad alterum eorum citra noxam recipiendum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ^{ut in privatis balneariis tepidarium} & apodyterium idem locus fuerint, ob spatii penuriam, vel quod ita major commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem villam, quæ iudicio Quincti fratris sui ædificabatur, invisisset, *se assa in alterum apodyterii angulum in balneariis promovisse* scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium & laconicum, sive calidam, assamve, ut ipse & Celsus vocant, sudationem conjuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum conjuncta interdum fuisse, saltem post Vitruvii tempora, opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiæ omnino adstipulari videatur. Calidarium, quod à ^b Vitruvio & ^c Celso laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad provocandum sudorem potissimum instituta, & ob id à nonnullis *calida sudatio*, sicuti à ^d Cicerone & Corn. ^e Celso *assa* nuncupata. de qua sermonem faciens ^f Collumella, hæc contra sui temporis mores scripsit. *Mox deinde ut apti veniamus ad ganeas quotidianam cruditatem laconicis excoquimus, & exueto sudore sitim querimus.* In hac vapor calidus, seu calor ficcus inclusus sudorem provocabat, haud aliter, ac super Bajas myrtetis, ubi tempore Celsi

^a Lib. 3. epist.
ad Q.F. epist.
prima.

^b lib. 5. cap. 14.
^c lib. 2. cap. 17.

^d lib. 3 ad Q.F.
epist. 1.
^e in proœm.
^f L. de re rust.

Celsi è terra profusus calidus vapor ædificio inclusus maximos sudores ciebat. cujus ^a Horatius quoque meminit in Epist. ^a Lib. I. ad Vallam. epist. 15.

— *sane myrteta relinqui*
Dictaque cessantes nervis elidere morbos
Sulphura contemni, —

Qui apud ^b Vitruvium tepidarium & laconicum idem faciunt, ^b Lib. 5. cap. 10. verba ipsius Vitruvii lætitantes facile cognoscent, utraque ab ipso separari, dum præcipit laconicum, sudationesque tepidario conjungi, præterquam quod manifeste Celsus laconicum vocat ubi calor siccus eliciebat sudorem, quam conditionem tepidario minime convenire quivis intelligere valet. id quod etiam clarissime significavit ^c Martialis, balnea Etrusci describens sub his verbis. ^c Lib. 6. epigr. 42.

Ritus si placeant tibi Laconum,
Contentus, potes arido vapore,
Cruda virgine, Marciaque mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac veluti turricula in hemisphærium camerata foret, idem cum sphæristerio, à nobis superius explicato, effecisse, quibus plane assentiri nequeo, quoniam mihi irrationabile videtur, ut in loco calido sudationibus ædificato ludum pilæ atque alias exercitationes, quas in sphæristerio fieri consuevisse tradit ^d Plinius, ^d 5. Epist. li. exercerent: fuisset namque (ut est in proverbio) *camino oleum addere*, si exercitationes per se corpora valde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt verba ^e Juvenalis ^e Lib. 4. Sat. 11. intelligi, si versus ita restituatur. quidquid dixerint alii:

Qui Lacedæmonium proptysmate lubricat orbem:

nam taxat quendam quod in laconici solio copiosè exspuendo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantium firmari valerent. Post laconicum sequebatur cella calida, labris aquæ continendæ positis referta, in qua quod lavarentur, calidæ lavationis à Vitruvio, & à ^f Galeno *λατῶν* nomen adepta est. hanc ^f 10. Metho. puto Archigenem apud Galenum VI I I. de compos. medicam. sec.

sec. loc. vocasse ζεσόν. Erat namque primaria balnei pars, & proinde à nemine de ipsa quidquam est in controversia positum. Cur Vitruvius in balneis gymnasiorum construendis nullam tepidarii mentionem faciat, cujus, dum privatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum certus, quoniam si illud sub concamerata sudatione intellexit, sequeretur etiam in tepidario sudari consuevisse, cum tamen superiori capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lavatione tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat, quomodo ergo calidaria, atque tepidaria in decimi capitis ejusdem libri initio tamquam diversa fecit? itaque dicendum est forte concameratam sudationem & laconicum, & calidam lavationem complecti; tepidarium vero omissum, quia Græcorum palæstræ id non haberent. Quod porro scripsit Pollux libro septimo, ἀλειπήριον apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare valeo: cum idem alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumeraverit. nisi velimus penes antiquos βαλανείον significasse totum gymnasium ipsum. Atque hæc sufficiant de publicorum in gymnasiis balneorum partibus. Fuerunt & innumera fere privatorum balnea, quæ & aliquibus ex prædictis partibus caruisse, & alias habuisse verisimile est; sed de hujusmodi non est instituti nostri verba facere. Quæ autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inservirent, primo hypocautum continebant, quod secundum Vitruvii descriptionem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidæ lavationi, atque vasario subposita, in qua ad calefaciendum tum aquam, tum prædicta loca ignis succendebatur, & ne extingueretur à servis *fornacatoribus* ob id in Pandectis à Papiniano vocatis, frequenter cum pilis & glomis pice illitis excitabatur, de lignis autem in hunc usum adhibitis narrat Plutarchus x. prob. lib. 111. sympos. ædiles cavisse, *ne ignis balnearum ex olea succenderetur, neque in eum conficeretur lolium*, quod horum nidores gravedinem capitis, & vertigines lavantibus invehant: prædictarum pilarum apud Vitruvium libr. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet *solum caldariorum ita sternendum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non possit intro resistere, sed*
rursus

rursus redire ad præfurnium, atque sic facilius flamma pervagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci. a Lib. 7. Silv.

— crepantes

*Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Ædibus, & tenuem volvunt hypocausta vaporem.*

Vnde cuius manifestum esse potest, in quam gravi errore versentur illi, qui hypocaustum & laconicum idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca 111. nat. quæstion. capit. xxiv. nec non Epistola xc. tempestate sua inventos esse parietibus impressos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul & summa foveret æqualiter: illum vero calorem immitti consuevisse ex hypocausto, & à Jurisconsultis memoriæ mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

*Quid quæ sulphurea substructa crepidine fumant
Balnea, ferventi cum Mulciber haustus operto
Volvit anhelatas tectoria per cava flammæ,
Inclusum glomerans æstu expirante vaporem?*

Horum autem tuborum vestigia adhuc quamplurima Romæ conspiciuntur in Diocletiani atque Caracallæ gymnasiis. Ante hypocaustum via quædam erat propnigeum, quasi dixeris præfurnium à Vitruvio vocata. Aquarium cella erat calidæ lavationi, atque calidario adnexa, in qua alveus magnus ædificatus erat ad continendam aquam ex aquæductibus, aut aliunde invecam, atque in frigidam lavationem, & calidam per fistulas corrivandam. Non longe ab hoc situm fuit vasarium, ubi vasa conservabantur balneorum servitiis necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit^b Vitruvius: *Atheneæ vasa supra hypocaustum tria composita fuisse, unum caldarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in caldarium, quantum aquæ calidæ exisset, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum.* De ære balneorum, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruvius innuit) ea in calidissimo

^b Lib. 5. c. 10.

loco averso à septentrione & aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hyberno lumen habebant.

^a Lib. 9. col.
lect. cap. 12.

Quod ^a Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia architectos optimos balneorum domos ad octavam horam versas construxisse scribit. Sin autem natura loci impedis-
set, utique à meridie: lumen vero ita capiebatur, ut in medio cameræ foramen latum relinqueretur, sub quo labrum extruc-
batur: circa labrum erant spatiosi quidam margines, aut porticus, à Vitruvio *scolæ* vocati, in quibus occupato à prioribus lavationis loco, reliqui circumspectantes recte stabant, nec suis umbris lucem, quæ superius capiebatur, obscurare poterant. De æris porro intra balneum existentis statu à ^b Seneca & ^c Plutarcho auctoribus gravissimis scriptum reperio, antiquiores mol-
libus ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alexander in lavacro etiam febriens, Galatarumque mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lavarentur, & manducarent: at eorum tempestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo quod de illis dicere licebat,

^b Epist. 86.
^c Lib. 8. symp.
prob. 9.

————— *huc*

Cocytus, Phlegetonque fluunt Acheronta petentes.

Quales fortasse Neronianæ thermæ extiterunt, de quibus Mar-
tialis sic scribit libro tertio.

*Si temperari balneum cupis fervens
Faustine, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lavetur, rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.*

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo post Senecam & Plutar-
tarchum floruit, balnea usque adeo calida in usu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utendi haudquaquam tunc omnibus communem fuisse, sed aliquibus peculiarem, pro comperto habeo: etsi ^d Seneca testatur apud veteres *hoc quoque nobilissimos adiles officio functos esse, intrandi ea balneorum loca, quæ populum recipiebant, exigendique munditias, & utilem ac salubrem temperaturam procurandi*: sed tempore suo illud in desuetudinem abiisse, ut balnea tunc similia incendio forent, narrat Plinius libro xxxi. cap. ix. *ut convalescentes bali-*
nearum

^d Epist. 86.



nearum æstus tolerare possent salem linguæ subditum præstitisse. Vasa quibus lavabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quæ non movebantur, ex lateribus & marmore fiebant, alveique & labra in calida lavatione, in frigida piscinæ & baptisteria nuncupabantur: adeoque magna erant, ut etiam in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atque horum vestigia adhuc Romæ in aliquibus thermarum ruinis conspiciuntur: Quæ moveri poterant, tametsi in privatis balneis ut plurimum fierent: attamen in publicis quoque, sed ob privatorum forsitan usus, extitisse opinor: & hæc diversas figuras habuerunt, alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiusculam, alia ovalem, sicuti nunc apparet ex vetustissimis, quæ adhuc Romæ supersunt. Hic autem unam duntaxat formam damus, à Pyrrho Ligorio ex suis præclarissimis rerum antiquarum monumentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & pro multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus. Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, alia ex ære; quorum omnium nomina à ^a Julio Polluce scriptis mandata leguntur, fuerunt & qui lignea pro balneis lavacra facere tentarint, qualis Tucca à ^b Martiale sub his versibus derisus.

^a Lib. 7.

^b Lib. 9.
epigr. 75.

*Non silice duro, struētilive cemento,
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaque compage
Ut navigare Tucca balneo possit.*

^c Sat. 7. vers.
su 130.

Tongillum quendam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse crediderunt aliqui, his ^c Juvenalis versibus adducti.

———— exitus hic est
*Tongilli, magno cum Rhinocerote lavari
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba.*

In bello quoque solitum portari hæc labra ob imbecillorum commoditatem, ex Paterculo conijcere licet, qui libro 11. non longe à fine celebrans Augusti curam erga imbecillos milites, inter alia dicit non defuisse optantibus & indigentibus balinei

linei instrumentum. Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusque credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem à maledico poëta notari. Finis, cujus gratia lavabantur, non unus extitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de ægrotantium & valetudinariorum lavationibus sermonem haberi non postulat locus) Primam balnearum institutionem semper fuisse existimavi, ut quotidianas sordes eluerent, possentque mundo corpore cenare, qui singulis diebus lavabantur: antiquitus enim cum nondum linearum pannorum, qui corpora à sorditie tuentur, usus inventus, aut saltem infrequens esset: magna ex parte corpora nuda ferrent, à pulvere, & omni alia illuvie conspurcabantur, atque inde vel saltem ter quaterve in mense, vel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lavari cogebantur: quod posteriores, qui in gymnasiis ante exercitationes ungebantur, & pulvere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasiis balnearum usum invecum rationi consentaneum est, sicuti namque primi illi locum, ubi juvenus Romana exercebatur, Tyberis propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemadmodum scribit ^a Vegetius: ita postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, æquum erat & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore majorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & præsertim tepidis, quibus exiccitas, hæc ab exercitationibus, vel sole, vel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertii de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consuevisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est ^b Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de causâ interiisse, ex relationibus eorum, qui ægrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui invalidum ad

^a Lib. 1. de
re milit. cap.
10.

^b In Lib. de
tuend. valet.

concoquendos cibos ventriculum habebant, ejus corroborandi, & cibos conficiendi gratia lavarentur, à ^a Posidonio medico relatum est; ut non temere ^b Plinius in medicos invecus sit, quod *persuassissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, à quibus nemo non minus validus exiret, obedientissimi vero efficerentur.* Summatim ob quatuor causas balnea in usu extitisse scribit ^c Clemens Alexandrinus, ἡ κατὰ πλείονα ἕνεκα, ἡ αἰτίας, ἡ ὑγείας, ἡ τὸ περὶ ταῖον ἡδονῆς, sive ob corpora mundanda, tepefaciendave, sive ob sanitatem, sive ob voluptatem. Calidis balneis utebantur majores ad levandas lassitudines, necnon ad corpora emolienda: quæ ideo ἀνθρωποποιήσῃ vacarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lavabantur, & ob voluptatem, & ut robustiores redderentur, calorque naturalis intro repulsus major evaderet; ideoque fere post calidas balneas ea adhibebatur. quem usum primos omnium Euphorbum Iubæ regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vii. *Charmis quoque medicus * Massiliensis, damnato calidorum balneorum usu, hyberno tempore etiam frigida lavari hortabatur, atque in lacus egros mergebat, qua de re extat Senecæ adstipulatio, sese psychrolutrem vocantis. præterquam quod etiam (ut referunt ^d Plinius, & Agathinus apud ^e Orbasium) ad prorogandam vitam, multa que alia præstanda, frigidam lavationem conferre opinati sunt; hæc enim de seipso refert Agathinus. Equidem sæpenumero à cæna cum egre in somnum delabor, propter æstum, in frigidam descendere consuevi; & mirabile est quam jucundam noctem transigam.* Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil solvisse, testatur *f* Juvenalis.

Nec pueri credunt, nisi qui nondum ære lavantur.

Alii quadrantem balneatori dabant, & od id balneum *rem quadrantariam* vocavit ^g Seneca, de quo ^h Flaccus.

— dum tu quadrante lavatum

Rex ibis,

& ⁱ Juvenalis:

Cadere Silvano porcum quadrante lavari.

Queritur

^a Aetius lib. 6.
cap. 10.
^b Lib. 29. ca. 1.

^c Lib. 3. Prædag. cap. 9.

* Plin. lib. 29.
cap. 1.

^d Lib. xxxi.
cap. 3.
^e Lib. 19. col. 1c. cap. 7.

^f Satyr. 2.

^g Epist. 86.
^h Lib. 1. serm.

ⁱ Sat. 6.

Queritur tamen ^a Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi scribit.

^a Lib. I. epigr. 75.

*Balnea post decimam lassō, centumque petuntur
Quadrantes.* —————

Quod forsā vel ob diuturniorem moram, vel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus aliis contingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Julius Capitolinus, & Athenæus VIII. Deipnos. scribit apud Phaselitas fuisse legem, ut peregrini carius lavarent. propterea cum ita vili pretio liceret, nullum genus hominum à publico balneo arcebatur: pueri juvenes, viri senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lavabantur: sed præ ceteris, phonascos, cytharæodos, præcones, tragædos, comædos frequentare balnea solitos refert ^b Galenus, quod vocem oblæsam, & assiduis vocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramque servabant. Hoc similiter videtur ^c Martialis in his de Menophilo versibus significasse.

^b 3. de comp. med. f. G.

^c lib. 7. epigr. 81.

*Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Ut sit comædis omnibus una satis.
Hunc ego credideram (nam sæpe lavamur in uno)
Solicitum voci parcere, Flacce, sua.
Dum ludit media populo spectante palestra,
Delapsa est misero fibula, verpus erat.*

Qui Menophilus comædus erat, & sicuti ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque sæpe cum Martiale in communi thermarum balneo lavabatur. Mulieres Lacedæmoniorum in balneis gymnasiorum lavari consuevisse perspectum est, & nedum in his, verum & una cum viris promiscue: quod tamen non in cunctis evenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χροῖα φαιδρύνεσθαι
ἀνέεργ.

Id est:

Id est:

^a Hesiod.
in fine. 2. ope.
& die.

^a *Neque in muliebri balneo corpus abluito*
Vir.

^b lib. 10. c. 3.

^c lib. 5. c. 10.

^d Sat. 6. vers.
417.

Vbi & foeminarum lavationes etiam antiquitus apud Græcos distinctas fuisse, & viris eas ingredi ob salubritatem vetitum apparet: quod præter turpitudinem etiam à corporibus muliebribus, ac menstruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit, quibus si viri inficiantur, tam per aquæ communis, quam per solius aëris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lavandi consuetudo fuerit, neque prorsus inficiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte gravitati, atque priscae illi educationi Romanæ minime convenisse videtur: quando scilicet *nec parentibus cum filiis, nec socero cum genero lavari licuisse* tradit Cicero primo offic. lib. Ex altera Varronis testimonium mulieres una cum viris, si non eodem lavacro, eodem saltem loco etiam antiquitus lavasse comprobatur, qui libro de analogia secundo tradit in balneo conjuncta fuisse ædificia bina, unum ubi viri, alterum ubi mulieres lavarentur: præterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem confirmare videtur, cujus verba apud ^b Gellium ita leguntur: *Pudor enim non patiebatur utrumque sexum simul lavari, sed commoditas conjungi desiderabat.* Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quæ tunc vel nulla, vel angustissima & vilissima extitere, sed de privatis esse intelligenda: quemadmodum forsitan ^c Vitruvius intellexit, ubi utriusque sexus lavacra conjungenda monstravit. verum enimvero posterioribus seculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurimarum probatissimorum auctorum testimoniis comprobari potest, inter quos primo sese offert ^d Juvenalis, qui dissolutos Romanarum foeminarum mores carpens hæc scribit:

— *gravis occurſu, teterrima vultu*
Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moveri
Noctē jubet, magno gaudet ſudare tumultu.

Cum

*Cum lassata gravi ceciderunt brachia massa,
Callidus & crista digitos impressit aliptes,
Ac summum domina femur exclamare coëgit,*

ex quibus neminem esse existimo, qui non videat mulieres tempore Juvenalis publicas balneas adivisse, ibique & exercendo, & lavando sine pudore ullo viris se immiscuisse, quod similiter ejus tempestate ^a Martialis confirmavit.

^a Lib. 11. in
Blataram.

*Omnia fœmineis quare dilecta cætervis
Balnea devitat Blatara? —*

& b

*Cum te lucerna balneator extincta
Admittat inter bustuarias mæchas.*

^b Lib. 3. in
Verustinam.

• Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Severo floruit, ^c Lib. 3. c. 5. in eo, quem Pædagogum inscripsit commentario non modo fœminas communes viris balneas, atque publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas præbuisse. Quos mores postea detestans Cæcilius Cyprianus hæc in libro de virginum habitu scripta reliquit. *Quid vero quæ promiscuas balneas adeunt: quæ oculis ad libidinem curiosis pudori, ac pudicitia dicata corpora prostituunt, quæ cum viros, ac à viris nude vident turpiter, ac videntur, nonne ipsæ illecebram vitiis præstant.* Cui sententiæ multa etiam simillima à D. Hieronymo in Epist. ad Lætam de filia institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuivis perspectum esse potest, non paucò tempore cum morem & Romæ, & alibi perdurasse; ut fœminæ atque viri in promiscuis balneis lavarentur: quando etiam non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Cassius viros discretos à fœminis lavari voluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renovata Alexandrum Severum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres à promiscuis balneis abstinere, nec commune lavacrum cum viris libidinis causa intrarent, sub repudii & dotis amissio-

nis poena : quod postea *in leg. fin. titul. de repud. & in authentica de nuptiis* pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneæ aliquæ muliebres in fœminarum duntaxat usum fuerint extructæ, quales Agrippinæ Augustæ Neronis matris : necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem ac Priscillam trans Tyberim ad evitandum forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lavandi penes veteres, quemadmodum narrat ^a Seneca, fuit, quod *quotidie brachia & crura abluebant : toti mundinis solum lavabantur.* Ceterum post M. Pompeji ætatem cœperunt singulis diebus toto corpore lavari. Hora vero usque à temporibus Homeri fere à pluribus observata fuit paullo antequam cibus sumeretur, non deerant tamen Galeni tempestate, qui etiam à cibo, nulla valetudinis habita ratione, lavarentur. ob quod ipse rigorem sine febre visum tempore suo narrat, quem ætate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lavarentur, non esse visum scribit. Vt plurimum autem major pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lavabantur. Adnotavit ^b Galenus, antiquos post pilæ ludum calidis balneis lavari consuevisse : quod similiter ante illum innuisse ^c Martialem eo versu videri potest.

^a Epist. 86.

^b In lib. de parvæ pilæ lusu.

^c Lib. 14. epigr. 163.

*Redde pilam, sonat æs thermarum, ludere pergis?
Virgine vis sola lotus abire domum.*

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodam significabatur, quo pilæ lufiores, atque alii exercitatores statim accurrerent : alioqui in *gelidissima virgine*, quam *& tactu jucundissimam, sicut haustu Marciam*, refert ^d Plinius, & sic dictam *quod nullis sordibus pollueretur* tradit Cassiodorus VI 1. 6. Var. jam clausis thermis lavabantur; scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Severi tempora nunquam thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consuevisse, ipsumque Imperatorum publicarum thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. quod etiam fecisse Lyconem philosophum juventuti Græcæ scribit Laërtius in ejus vita. Non me latet quosdam aliis

^d Lib. 31. c. 3.

horis

horis lavisse, sed vel extra gymnasia, vel in gymnasiis gratia alicujus affectionis, aut alterius rei, vel consuetudinis, ut scribit ^a Martialis de Fabiano.

^a Lib. 3. epigr. 36.

Lassus ut in thermas decima, vel serius, hora.

Te sequar, Agrippæ, cum laver ipse Titi.

Hoc certum est, quod Vitruvius loco citato memoriæ mandavit, tempus lavandi maxime à meridiano ad vesperum fuisse constitutum, cum enim semel duntaxat in die saturarentur majores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octavam diei horam paullo ante cenam erat, ut ^b Martialis testatum reliquit.

^b Lib. 4. epigr. 8.

Sufficit in nonam nitidis octava palæstris,

&

Octavam poteris servare, lavabimur una.

^c Lib. 11. epigr. 53.

Hadrianus Cæsar referente Spartiano *ante octavam horam neminem nisi agrum lavari voluit*, quam horam etiam Julium Cæsarem prioribus seculis servasse, conicere possumus ex Epistola ^d Ciceronis ad Atticum, ubi de Cæsare loquens, hæc ait: *Ille tertiis Saturnalibus apud Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulavit in littore, post horam octavam in balneum, tum audivit de Mamurra, non mutavit: unctus est, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & jucunde.* Sed an perpetuo illam vitæ rationem servaret Cæsar haud clare ex eo loco habetur; quando ejus solius diei rationem exponit, in qua secundum multorum consuetudinem vomere destinaverat, atque ob id *ἀδεῶς*, id est: *sine timore*, & jucunde ederat, biberatque, ut (quod erat ^e medicorum præceptum) varii generis potu, ciboque repletus posset, dum iret dormitum, vomere. ita namque locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi judicio meo debet: quod sicuti *διαιτητικὴ* à Græcis simplici vocabulo dicitur ea medicinæ ratio, quæ in rebus ad humanum victum spectantibus sita est, & *πενωλικὴ* quæ ad exinanitiones pertinet, haud secius *ἐμετικὴ* est illa *ἀγωγή*, sive ratio, quæ in rebus & modis vomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac

^d Lib. 13. Ep. ultima.

^e Hippo. in lib. de sal. diæta & ibi Gal.

privatis breviter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusienſis ætate Pompeii orator habitus ex illa arte nullum quæſtum trahens, cum ad medicinam ſe contuliſſet, in eaque magnam gloriam & auctoritatem brevi comparaffet, ob blandimenta, quibus ægros curabat, ob perpetuam ſanitatis firmitatem, & quod Romæ quendam pro mortuo ad ſepulturam elatum miro gentium ſtupore, ut ^a Celfus ^b Plinius, & ^c Appuleius tradiderunt, vivere cognoverat, eum frequentiore reddidit. Undecima, ac omnium poſtrema in gymnafiis pars fuit *ſtadium*, ubi populus cum voluptate athletas certantes ſpectabat: nilque aliud erat, quam hemiſphærium quoddam, multis gradibus conſtructum, unde poterant commode ſpectatores, qui ſemper plurimi eo confluebant, certatores intueri. An autem inter ipſum & xyſtum, ſeu peridromidas murus intercederet; atque inde per oſtium ex platanonibus gymnafiorum athletæ in arenam ſtadii prodirent, etſi à Vitruvio nil explicatum habeatur, rationi tamen conſentaneum videtur, univerſum ædificium, ne cuivis pateret (quod etiam ſupra citati Capitolini teſtimonio comprobari poteſt) muro concluſum, & propterea à gymnafio ſtadium muri ſep̄to diviſum fuiſſe. De aliis gymnafio fere neceſſariis locis, veluti lignario, vaſario, latrinis, tricliniis, atque ejus generis multis non loquor, quod horum in palæſtrarum deſcriptione mentio non habeatur, ad noſtrumque inſtitutum minus pertineat: ſicut nec quomodo ambulationes illæ ſubſtratis carbonibus, atque cloacis proximis extruerentur. Quæ omnia tanquam clara, aut alibi commodius explicata, à Vitruvio in diſcribendis xyſtis prætermiſſa puto. Iuxta publicas thermas invenio extructas fuiſſe popinas, quas Iſidorus lib. etymolog. xv. cap. 11. tradit huic inſerviſſe, ut, qui ob exercitationes aut lavacra eſſent admodum exinaniti diſſolutive, haberent, ubi ſtatim refici poſſent. atque has forſan Plinius intellexit Epiſt. 111. lib. 1. quando poſt balneum & triclinia popinarum meminit. Hæcenus de antiquorum gymnafiis.

^a Lib. 2. c. 6.
^b Lib. 26. cap. 3.
^c q. Florid.

CAPVT XI.

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine.

Quoniam balneorum explicatorum occasio jam suadet, nosque supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; etsi extra rem nostram videatur, atque à Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud præmittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, si quis meliori iudicio, ac eruditione præditus, veriore aliquam, & magis rationi consentaneam demonstraverit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium vocabant, & vespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis iis, qui coitu usuri erant, quibus à medicis vespere cenare interdictum fuisse scripsit * Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die cibus impleri, quasi res nova esset tradit,

* 3 partic.
Proil. 32.

*Lateranensis & Mutinensium mormorum formæ,
accubitus probantes.*





« Plato) satis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum est: sed his fusius & melius in variis lectionibus nostris tractatum est; quod similiter fere omnes dum cenabant in stratis accumberent, præter lapides Romanos, quos hic damus, id clare ostendentes, doctissimus Philander in suis in Vitruvium commentariis auctorum antiquorum testimoniis clarum fecit, ut id amplius demonstrandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum unde nam hæ duæ consuetudines principium acceperint, & quomodo vere accumberent, nemo, quem ego viderim, sive ex antiquis, sive ex recentioribus, ita apposite & diligenter declaravit, quin posteris dubitandi, & plura desiderandi occasionem reliquerit. Quod an ob rei obscuritatem, an ob neglectum evenerit, ignoro. Ego sane utrasque illas, & accubitus scilicet, & unius in die cenæ consuetudines à balneorum usu manasse existimo, & primo ut ita de accubitu sentiam, pluribus, iisque non spernendis conjecturis adducor, quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi sedebant, ut in convivio Procorum apparet.

Εἰς δ' ἦλθον μνηστῆρες ἀγῆνορες· οἱ μὲν ἕπειτα
Εἰείης ἕζοντο κατὰ κλισμῆς πε θρόνους τε.

A. Odyss.

Id est:

*At proci ingressi sunt, qui mox inde superbi
Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis.*

& ubi Telemachus, ejusque socius à Menelao hospitio accepti post lotionem cenant sedentes.

Εἰς γὰρ θρόνους ἕζοντο παρ' Ἀτρείδῃ Μενέλαον.

Id est:

Thronis sedebant prope Atridem Menelaum.

ficque tempore majoris Scipionis ac Plauti, crescente paullatim balneorum usu, una quoque hujusmodi accubitus incrementum, præsertim apud Romanos cœpit; neque tamen multum, quando scilicet viri tantum, & non mulieres, ut Vitruvius, Valerius Max. & Isidorus ex Varrone testati sunt, accumberant,

bebant, nec cum ipsis lavabantur, etsi Tyrrenos una cum mulieribus ἐπὶ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuisse legatur apud Athenæum. Nam & Aristotelis tempore Græcos discubuisse in publicis cenis credi potest ex ejus in VI I. Politic. scriptis, ubi puerorum institutionem tradens junioribus præcepit, ne tragœdias, aut jambos audirent, priusquam in commensationibus cum aliis discumbere (κατακλίσεως voce utitur) valerent : à Pompeji vero Magni ætate usque ad Galeni, atque etiam Constantini Imperatoris tempora, cum in frequentissimo usu balnea essent, non solum penes divites atque nobiles, verum etiam quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes simul accumbebant, sicuti hisce versibus innuit ^a Ovidius.

^a 1. De arte
amandi,

*Ergo ubi contigerint positi tibi munera Bacchi,
Atque erit in socii fœmina parte tori.*

^b Lib. 1. amor.
eleg. 4.

& b

*Cum premit ille torum, vultu comes ipsa modesto
Ibis, ut accumbas ;* —————

^c Lib. 2. cap. 1:

& sicuti ^c Valerius idem de ætate sua scribit. Quamquam apud Græcos nunquam mulieres accubuisse 1. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diverso situ mulieres à viris accumbentes cenasse rationi consentaneum est : non solum, quod honestatis atque dignitatis utriusque ratio ita postulasse videtur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum viris accumbentes repræsentantur, illæ certe figura quadam ab ipsis aliquo pacto diversa, quasque sedentes, & nulli alteri rei cubitis innixæ accumbentes & edentes conspiciuntur. At quo pacto viri accumberent, operæ precium me facturum auguror, si postquam locus invitat, breviter explicuero. Viros enim scribit ^d Plutarchus, in principio cenæ cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλατείς) mensam, ut plurimum tetigisse : quo sola dextera manu illam circumire possent, in fine vero se ipsos in latus ita, ut acutam corporis figuram redderent, vertisse. & καὶ ὀπίπεδον, ἀλλὰ καὶ γεγραμμένην τὴν χάραν ἀπὸ τοῦ μήκους. id est : non secundum latitudinem, sed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, sive sit Aphrodisiensis, sive Trallianus, (ut magis suspicor) libro problem. primo, probl. 82. clariorem

^d 5. Sympof.
Probl. 6.

rem facit: ubi inter alias causas, ob quas veteres in principio cenæ arctius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα ἢ τὰ πλάτη τῶ σώματος disponebantur: satiati vero ἐπὶ τὰ πλάγια vertebantur. ita quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, spina vero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & jacente manebant. dum autem multa loqui volebant in latera versus auditores vertebantur, ob quod * Juvenalis.

* Satyr. 4.

———— Nam plurima dixit
In levam conversus; at illi dextra jacebat
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et pagma, & pueros inde ad velaria raptos.

Saturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam supra dorsum supini, sæpe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum convivarum rixas, & fraudulenta convicia averfaretur, mutata discumbendi forma sese iupinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum conjuraverant, convivis trucidatum esse in ipsius vita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud veteres hunc in modum fieret, præter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duæ, quas infra ponendas curavimus, picturæ, quarum alteram ad tripodem cenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximæ auctoritatis antiquarius ex vetustis monumentis communicavit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusi viri optimi, ac bonarum litterarum, omniumque pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis ædibus Patavii conspicitur, accurate & fideliter repræsentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra de vera accubitus forma, quam primi forsân omnium Romæ Octavio Pantagatho, Onuphrio Panvino, aliisque gravissimis viris, & postremo Patavii Ligorio, absque marmoris ullius testimonio, ac sola conjectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quæque fuerint veterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo vero Lambini, ac aliorum qui ex ingeniis accubitus

variis modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & præclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi viri Joan. Baptistæ, qui lapidem comparavit, manibus; tum Paulo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodivit, & nobis indicavit, immortales gratias agere. Etenim ei quod ^a Plutarchus de loco consulari, nec non de tribus tricliniorum lectis disseruit, jam non obscurum est, quam mirifice quadrer proposita triclinii Rhamnusiani figura. Similiter, & quæ ab ^b Horatio de convivarum situ variis in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, præsertim quando scribit.

^a Lib. de symp.
probl. 3.

^b Lib. 1. Serm.
Sat. 4.

*Sæpe tribus lectis videas cenare quaternos:
E quibus unus ariet, quavis aspergere cunctos
Præter eum, qui præbet aquam. —*

^c Gellius lib.
13. cap. 11.

^d 5. Symp. 5.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cum antiquos consuevisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuique perspectissimum, ut narrat ^c Varro, leges extitisse quæ *numerum convivarum novem excedere, nec pauciores tribus* esse vetabant, sicut & adagium illud vulgatissimum *septem convivium, novem convivium*, attestatur. Quinimmo Julius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem præter exempla majorum, *cum duodecim solemnibus convivio primum accubuisse*, ita ut prioribus seculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto convivas discumbere solitos fuisse convincatur: nisi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominum copia conveniret, nequaquam accumbentium numerus servari poterat, ut ex ^d Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur, quo vel epulum publicum, vel nuptialem cenam repræsentari non est dubitandum, ut ob hoc Chacrephon apud Athenæum in VI. videatur admittere convivas triginta dumtaxat in nuptiis, in quibus verisimile est necessarium fuisse *vocatorem* illum, cujus meminit Seneca libro I I I. de ira cap. xxxv I I. & qui secundum cujusque dignitatem convivas ad loca debita vocabat. Quod autem Turnebus & Lambinus idem de puero aquam præbente sunt interpretati, equidem

dem non improbo, at foris nec absurdum fuerit, si Flacci verba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere mensarum sculpturæ antiquæ, quam poëtarum testimonia convivis semper frigidam & calidam præbuisse ostendunt, quemque cunctos, ne ab ipso mæ tractarentur, reveritos esse, & à quo mordendo abstinuisse verisimile sit. Jam vero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi cenantis laverit, atque Joannes supra ejusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinii figura, secus quam pictores antiquarum rerum ignari faciant, & quam Gajetanus Cardinalis inutiliter commentatus est, facile conjicitur, etenim Hebræos ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem observasse præter *Architriclini accubitusque* nomen, in Euangeliiis sæpe usurpatum, etiam id testari potest, quod Judæi frequenter Romæ conversarentur, similiterque Romani in Judæa, ac in usu positum sit ut populi principum mores frequenter æmulentur, neque pariter arduum est percipere quid a Martialis significare hoc disticho voluerit.

a Lib. 3. epigr. 234

*Omnia cum retro pueris obsonia tradas
Cur non mensa tibi ponitur à pedibus?*

Siquidem cenantibus alte jacentibus spacia retro relinquebantur in quibus servis varia ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat, servos namque ad pedes cenantium stare ac ob id à pedibus, vel ad pedes vocari solitos ex multorum scriptis intelligere licet. ^b Seneca libro 111. de beneficiis. *Servus qui cenanti ad pedes steterat, narrat, quod inter cenam ebrius dixisset.* ^c Martialis. *Mixto lagenam ad pedes replet vino.* Suetonius in Galba. cap. xxi. *inter cenam vero usque eo abundantem, ut congestas super manus reliquias circumferri juberet spargique ad pedes stantibus.* Theophrastus in Characteribus hunc morem dandi ex mensa servis à pedibus tribuit impudenti, de quo etiam Athenæus initio libri quarti. Lucianus in lapithis, & Lucilius secundo epigramm. græc. titul. in gluttones. Sed præter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo vulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriæ prodidit Varro, scilicet quo tempore usus cameræ ignorabatur, vela ad ex-

b Cap. 29.

c Lib. 7. in Santicam.



ACCUBITVS

cipien-

ciendum pulverem, ne super mensas spargeretur, atque dapes simul conspurcarent & convivas, solita in tricliniis suspendi, atque ab ^a Horatio *aulæa* vocata, his carminibus designari.

^a Lib. 2. Semi.

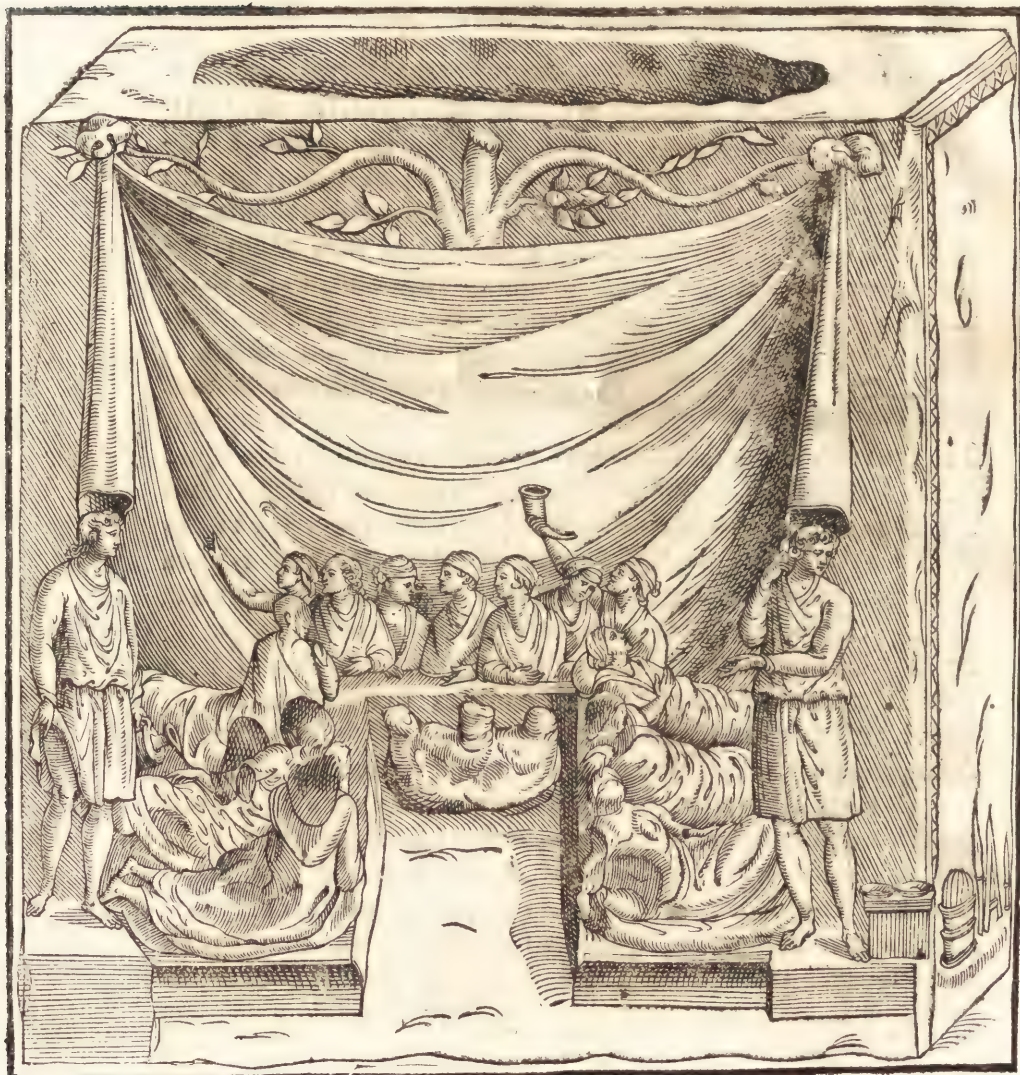
*Interea suspensa graves aulæa ruinas
In patinam fecere trahentia pulveris atrī
Quantum non aquilo Campanis excitat agris.*

quem morem hodie principes & monarchas servare comper-
tum est: apud quos mensas sub quibusdam veluti tentoriis seri-
ceis parari sæpe videmus. Alterum est, quod in *variis nostris le-
ctionibus* docuimus, priscis illis temporibus priusquam coronæ
ex floribus, herbis, & auro in usum venirent, cenaturos, cum ad
dolores capitis ex cibo & potu averruncandos, tum ad ebrieta-
tem compefcendam, lanceis, aut lineis vinculis tempora & fron-
tem vincire solitos. quod minime puto absque ratione fuisse ex-
cogitatum, cum venæ, arteriæ, ceterique capitis meatus, quo ma-
gis coacti atque adstricti sunt, eo minus vapores à vino & cibis
sursum elatos, simulque molestias varias inducentes recipiant.
Tertium est, id quod luculentissime ^b Athenæus tractavit, apud
quem scriptum & probatum invenitur, priscos illos primum
cornibus bouum potasse, indeque *νεῖγμα*, id est *temperare vinum*
ἀπὸ τοῦ νεῖγματος, id est, à *cornibus* vocatum esse: tum cornua
illa non solum auro & argento ornata, verum etiam argentea,
& aurea esse facta, illisque convivas sibi ipsis mutuo propinare
consuevisse: ut ex his omnibus jure colligendum videatur, lapi-
dem Rhamnufianum esse vetustissimum, in quo & aulæa, &
convivarum cinctæ lanceis, seu lineis vinculis frontes, & cornu
facta propinatio clarissime repræsentantur, una cum aliis instru-
mentis nonnullis in dextro margine expressis, quæ aliis, in anti-
quitate explicanda magis versatis, relinquo declaranda; quos
etiam monitos cupio, ne, si quæ discumbentium & mensarum
figuræ in hoc ipso triclinio minus integræ conspiciuntur, ulla
admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum
vetustate corrosus, & pene deletum, repræsentare satius duxi-
mus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram
suspectam reddere.

^b Deipnoso-
phist. lib. vi.
cap. 7.

MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM

*Patavii, in Aedibus Rhamnusianis, post Curiam Urbis
Praefecti, in vico Patriarcha, ad Divi Petri.*



Nunc

Nunc itaque ad id quod supra proposueram rediens dico, cum & lavandi, & accumbendi mores simul introduci, augerique cœperint, verisimile fieri, alterum eorum ab altero ortum duxisse: non autem est dicendum ab accubitu balnea, utpote valde antiquiora, ortum duxisse: igitur remanet, ut accubitus à balneis principium habuerit. Secunda ratio est, quod veteres usque ab Homeri temporibus statim post balnea cenabant, quinimmo ex locis Homeri à nobis supra citatis clare elicitor, mensas prope locum ubi lavabantur, parari solitas fuisse. ex quo si commoditatis, voluptatis, ac valetudinis rationes consideremus, valde rationi consentaneum erat, illos præsertim, quibus privata erant domi balnea, jam lotos & deterfos, ne noxam ullam incurrerent, sed lassitudinem effugerent, lectulos ingredi, à quibus non discederent, sed mox prope mensas & cenam parari curarent, sicque comederent, perinde ac tempestate nostra major pars eorum medicorum faciendum jubet, qui aut valetudinarios, aut etiam sanos lavari mandat, nam *κλισμοι* illi, in quibus *procos* lotos Homerus sedere facit, dum cenant, haud multum lectulis accubitoriis dissimiles erant, ut hinc quoque conjicere valeamus, tunc accumbendi morem principium quoddam obscurum habuisse; quod posterioribus deinde seculis paullatim crescens in eam formam terminatum sit. Nam & Plinius hoc innuere voluisse mihi videtur, quando nonnullos vino nimium deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamque induere non paterentur; sed nudi protinus ad bibendum accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob voluptatem, commoditatemve ullam aliam, aut honestatem ita accumbere inchoarint, quando si sedentes atque accumbentes in cenando invicem compareremus, illi valde majori commoditate, facilitate, dignitate, ac honestate utuntur, quam accumbentes: conjiciendum videtur aliqua alia justa ratione consuetudinem illam inventam fuisse, quæ opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lavabantur; à lotionem ne offenderentur, lassitudinemve incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atque ibi vel lacerna, alias veste nuptiali vocata, induti, vel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari

Lib. 14. c. 22.

apparari jubebant. Ex quo paullatim hujuscemodi consuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensæ & lecti simul pararentur, verum etiam magnum dedecus foret, si quis cenans non accubisset, ut ex hisce ^a Plauti in Stichos verbis colligitur :

— — *potius in subsellio*
Cynice accipiemur, quam in lectis. — —

^b Lib. 5. & ut ^b Martialis significavit, ubi Syris cum damnat, quod in popinis sellulariis non accumbens cenaret. Excipio tamen in bello versantes ubi non est verisimile ullos accumbere potuisse, cum etiam Augustum inter alios cenantem sedere solitum se vidisse in exercitu narret Paterculus lib. 11. Quod si quis sententiæ nostræ id refragari velit, quod verisimile nequaquam videtur in epulis publicis, in nuptiis, in cenis privatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lavabantur; in privatis vero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & præterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique qui accumbendo cenabant, semper antea lavisse, quando præsertim, ex Plauto, Terentio, & ex lapidibus Romanis scitur accubitoris foccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper à balneis tunc discessisse, & quando similiter constat triclinia à balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios & cubicularios, in quibus dormiebant, diversos extitisse. Huic primo respondeo, minime mihi plene constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui privatas domi balneas habebant, quando ^c Horatius privatam sui ipsius vivendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando ^d Martialis eos, qui in sellulariis, vocatis tabernis comedebant minime accubuisse significat, ubi de Syris in hunc modum loquitur :

Infusum sibi nuper à patrono
Plenum, Maxime, centies Syris
In sellariolis vagus popinis

Circa

^c Lib. 1. Serm.
Sat. 6.

^d Lib. 5. 70.

*Circa balnea, quatuor peregit:
O quanta est gula centies comesse!
Quanto major adhuc nec accubare!*

Sed esto quod accumberent, quin etiam omnes lavarentur, minime negari potest, cum vel rarissime, vel nunquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis atque nuptialibus conviviis, fateor quidem omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen jure quis inficiabitur, quod etiam quilibet ante separatim, aut simul in privatis, aut publicis balneis non lavaretur: immo verisimile fit, accessuros ad publica, vel privata amicorum convivia prius se lavisse, ne sordibus in die necessitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbarent, & propterea ipsis nunquam non stratos fuisse lectos, jam vero soleas & soccos accubitoris detrahendi mos certum argumentum est prius sese lavare consuevisse, ac ne inter eundem à balneis ad lectos pedes conspurcarentur iis tegere consuevisse, dumque accumberent semper detraxisse, ac forte Apostolos lotos, dum ad cubitum cum Christo irent neque soleas, neque soccos, quibus minime utebantur, habuisse; propterea audivisse à Christo sese quidem lotos fuisse, sed ut pedes lavarentur indiguisse. Adde huic nequaquam me sentire posterioribus seculis omnes propterea accubuisse cenantes, quia statim è balneis exirent, sed existimo accubitus originem inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad jam contractam, aut futuram lassitudinem vitandam post modicum temporis intervallum lectos intrarent, atque ibi modo nudi, modo lacernis, aliisve in id paratis vestibus induti cenarent, atque inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accumbendi morem crevisse, ut nobiliores in deliciis maximis eum habentes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim extrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quam plures, (ut de Lucio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & præsertim pauperes dormire consuevisse puto) sed in cubiculariis vocatis dormire voluerint. quem morem accumbendi postea viliores & pauperes ad ditiorum imi-

tationem, tam à balneis, quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella præcipere coactus sit, *ne villicus nisi sacris diebus accumbens cenaret*; in qua re non secus contigit, ac evenisse conspicitur in balneis, atque plurimis aliis rebus, quæ in honestum usum, & quasi necessitate quadam primum reperiæ, deinceps ad luxum, lasciviam, voluptatem, aliosque usus traductæ fuerunt. Quis est, qui nesciat veteres in conviviiis omnes prope excogitasse voluptates, nihilque reliquisse, quod ad delinientos animos faceret: sic enim sermones convivales ad animi intelligentias afficiendas magno studio invenerunt, ad auditum oblectandum musicæ varia genera adhibuerunt, unguenta pretiosissima odoratui dicarunt, sicut & coronas ex foliis floribusque contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, ^a Plutarchus, ^b Galenus, & ^c Clemens Alexandrinus testantur, tenebant; quo fragrantia & colore naribus atque oculis arriderent, somnum conciliarent, ebrietatem vitarent. quantum porro cibis & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibuerint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert ^d Gellius, à longinquis regionibus Romam advecta, atque alia quamplurima à Julio Polluce nominata, verum etiam multa, & prope innumera auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenæo citata.

De antiquorum in die semel tantum sese cibis implendi consuetudine, ejus etiam opinionis sum, ut cum ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, veteres lavari cogerentur, & à lotionem lectos ingrederentur, vix semel comedendi in die otium ipsis suppeteret: quoniam si privata cujusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum, accubitisque apparatus consideremus, magna temporis pars ipsis infumitur, ut si bis in die saturari voluissent, aut negocia ommittere, aut balnea interdum ventre pleno adire, aliosque multos errores, & in valetudine, & in alia vitæ ratione committere fuissent coacti. Comedendi vero horam & modum balneorum tempore atque commoditate metiri institutum fuisse possumus à ^e Galeno intelligere, qui si interdum ob ægrotantium inspectiones tardius se lavandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenæ tempori sufficere valeret, quando alii

^a 3. Symp.
Prob. 1.

^b 6 De simp.
c. de anetho.

^c 2. Pædag.
cap. 8.

^d Lib. 7. cap.
16.

^e 6. de tuend.
valetud.

alii simili de causa, panem, vinum, olivas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam ^a Horatius, ^a Lib. 1. Serm. Sat. 6. ubi de se scribit :

*Præsus non avide, quantum interpellat inani
Ventre diem durare.* —————

Quod porro vespertinam horam cenæ dedicarint, in causa fuisse præcipue vitæ commoditatem existimo : siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agendis rebus operam navare; præterea cum accumbentes cenarent, alii statim somno capiebantur, alii modico temporis spatio vigilantes dormitum ibant : ex quo ad hæc omnia nulla opportunior hora quam vespertina inveniebatur, quamquam etiam nonnullos, & præsertim medicos in hoc valetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est plus edendum, quando plus coquitur. Hæc sunt quæ de accubitus & cenæ antiquorum origine mihi *παρέρχων* dicenda volui.

A P P E N D I X

Ad caput antecedens ubi iterum de accubitu, triclinio, & de MARIE MAGDALENÆ historia tractatur.

IN antecedente capite dum accubitus veterum rationem afferre multis seculis ante ignotam tentassem, ex ejusque notitia significassem intelligi posse Mariæ Magdalene factum illud à Luca Evangelista fideliter narratum, quando illa *discumbentem Christum apud Phariseum reperit, illiusque pedes lachrymis lavit, capillis terxit, & unguento precioso unxit*, complures meis rationibus incitati eam mulieres actionem repræsentare, & sine coloribus, & cum coloribus sunt conati, quo factum est, ut ejusmodi figura tam solis typis, quam etiam coloribus expressa in varios orbis locos sit divulgata; & quamvis plerisque ejusmodi repræsentatio tamquam verbis Evangelii mirum in modum consona, maxime vero pictoribus, qui hætenus sese fefellisse agnoverint apprimè arriserit, attamen non defuerunt, quibus illud nunquam probari potuerit, tum



quia ejusmodi accubitus sibi valde indecorus, atque à Christi
vita & moribus alienus, simulque edendo & bibendo non
parum incommodus videretur, tum quia à cunctis præsertim
antiquioribus Euangelii interpretibus sit penitus ignoratus, aut
saltem omissus, minimeque consideratus, tum quia à pictoribus
nun-



nunquam nec somnio quidem aut cogitatus, aut ullo modo expressus invenitur quasi vero haud sit verisimile potuisse tanto tempore, totque peritos artifices, atque doctissimos interpretes latere rem non ita exigui ad percipiendam Evangelii veritatem momenti. Petrus Ciacconius, & Fulvius Ursinus rerum an-

tricarum peritissimi, quique multis annis post meam gymnasticam de triclinio scripserunt, procul dubio ad veritatem accubitus accesserunt, atque si æquus lector nostras cogitationes illorum scriptis comparare velit, certe statim animadvertet, fere quicquid hac de re boni dixerunt, è nostro libro accepisse, præterita tamen memoria, secus quam fecit eruditissimus Galliae ocellus Petrus Faber, qui non modo summa ingenuitate in libris suis agonisticis incredibili doctrina refertis, non erubuit profiteri se se magnopere ex libris de re gymnastica nostris profecisse, verum etiam segetem, quam ego primus illius pene oblitteratæ artis renovavi, ita singulari studio & ubertate propagavit, exornavitque: ut ab omnibus pro tanto beneficio sibi gratias immortales agi mereatur. Itaque ut omnem ex animis dubitantium eximam scrupulum, & aliquid majoris lucis tantæ rei obscuritati afferam, à compluribus quoque rogatus, nonnulla hoc in loco tam de ipso accumbendi ritu, quam de ipsius Magdalensæ situ, & operandi modo adjicere deliberavi, ratus me hoc labore id effecturum, ut gentes tandem, re ipsa melius considerata, paullatim incipiant vetustum errorem exuere, atque simplicibus animis pictura veram ejus facti historiam piis & veritatis amantibus repræsentare. Quod itaque veteres tam Græci, quam Latini, atque Hebræi epulantes accumberent, nomen ipsum apud hasce cunctas gentes receptissimum facile persuadere potest, quemadmodum à paucis dubitatum invenio quin triclinio pro commode & faciliter edendo atque bibendo, passim aliquot seculis usi sint. Quid autem proprie antiquis esset triclinium non ita ab omnibus confessum habetur; Etenim qui nuper ad Athenarum eruditissimas animadversiones haud sine magna laude in lucem misit Casaubonus, monstrasse sibi persuasit, triclinium interdum fuisse acceptum pro ipso habitaculo, ubi lecti sternerbantur, propteraque πεντάκλινον, δεκατέκλινον, δωδεκατέκλινον inveniri nominata, prout pauciores pluresve lectos capiebat, neque ipse id abnuo apud aliquos fuisse sic appellatum, sed quia in illo Athenæi convivio unusquisque in medium id proponere conabatur, quod infrequentius erat, atque aliquam scitu dignam raritatem habebat: iccirco existimandum est illud perquam rarum extitisse,

& sicuti quæ gentes Romanis serviebant, ceteros ipsorum mores imitabantur, ita credere oportet, & in nominando, & in utendo triclinio eundem esse sensum secutos, quem & regina urbium Roma sequebatur. Atque de hoc ipso cum loqueretur antiquus & gravis scriptor Servius in Comment. ad primum Virgilianæ Æneidos, dixit veteres stibadia non habuisse sed stratis tribus lectis epulasse (unde triclinium sterni dictum) atque eos errare, qui vocant triclinium ipsam basilicam, vel cenationem, Neque minus falluntur, qui putarunt tripodas illos, de quibus mentio est apud Athenæum ex Eubolo comico, & in quibus duo vel tres edentes repæsentantur in marmoribus vetustis fuisse triclinia, quandoquidem nulla ibi trium lectorum imago, neque accubitus conspicitur, sed sunt dumtaxat sepulchralium cenarum effigies, de quibus tractant, qui sepulchrales veterum ritus describere sunt aggressi; Et Vulpianus, qui apud Athenæum ejus vocis insolentia offensus est, tamquam indignum mensæ nomine reputavit. Neque vero alia forma tricliniorum & accubitus est quærenda ab ea, quam ex antiquissimo Ramnusiano marmore nos primi in gymnastica dedimus, & in qua præter lectos tres, vestigia satis manifesta conspiciuntur ejus mensæ, quæ quod quattuor pedes haberet, usus obtinuit apud Græcos, ut vocaretur *τράπεζα*. Hujusmodi autem triclinii & mensæ, tametsi non adeo frequentes figuræ inveniantur in marmoribus, arbitrandum est id evenisse, quod de plerisque majorum nostrorum rebus, quæ quod populares & vulgatissimæ essent, eas ad posteros consignare monumentis neglexerunt, sicut locupletissime in libello *de rebus deperditis* docuit nuper Guidus Pancirolus. Neque vero simile prædicto marmore quicquam aliud fictum, vel falsum repræsentari, quam ipsummet triclinium, atque accumbendi seu discumbendi morem tunc usitatissimum, ut plenius in primo de gymnastica ostendimus. Verum etsi hæc satis comprobata videantur, illud tamen à plerisque in controversia ponitur circa Mariæ factum, scilicet utrum Christus ita jaceret, sicuti pictura declarat, an potius sederet, sicut hætenus pictores omnes finxerunt. Pro qua lite dirimenda, (quæ aliquid facit pro intelligentia textus sancti Evangelistæ) duo sunt constituenda; unum

unum est, haud potuisse aliter Christum fuisse collocatum, si quod Lucas capite septimo scripsit, verum esse debet, alterum est, utrum Hierosolymis tunc in usu esset more Romano discumbentes epulari, an potius sedentes. Quod spectat ad primum propositum tria Euangelista dicit maxime ad rem nostram facientia: quorum primum est, Mariam audivisse Christum discubuisse apud Phariseum, atque statim ingressam ad eum fuisse: secundum est, illam stantem sese penes illius pedes posuisse retro: tertium est ita stantem lachrymis ejus pedes lavisse, capillis tersisse, atque unguento, quod secum attulerat, unxisse. Jam vero circa hæc omnia declaranda cæcutisse omnes hætenus loci interpretes facile unusquisque comprehendere poterit, qui illorum commentaria perlegere volet. excipio tamen duos gravissimos juxtaque doctissimos Jesuitarum familiæ viros, Franciscum Toledum Cardinalem, necnon Joannem Maldonatum, qui cum rei difficultatem gustassent, veritati proximius accedere nova quadam industria contenderunt, haudquaquam veriti adversus imbibitam tenaciter pictorum falsitatem palam decertare, qui, cum contra Euangelistæ ipsius verba Christum sedentem, Mariamque ipsam non retro, sed ante, neque stantem, sed genibus humi procumbentem usque ad hæc tempora depinxerunt, & seipso, & alios (si ita loqui licet) deceperunt, præterquam enim quod vix imaginari potest hujusmodi omnia perfici à muliere potuisse; certum est etiam, neque à ministrantibus illud permissum iri debuisse, simulque indecorum valde futurum fuisse, si mulier subtus mensam genibus sese humi pro abluendis & exiccandis Christi pedibus stravisset; quæ omnia incommoda cum evitentur triclinio & accubitu nostro, haud intelligere possum, cur debeant à quoquam ingenio & gustu prædito repudiari, eo maxime quod nulla turpitudinis species in iis spectatur, quæ debeat ab ea re credenda quempiam pium deterrere, quinimo si accurate ingressus mulieris expendatur, ministros & accumbentes latere potuit. haud secus, atque ubi sese in exteriori triclinii parte juxta pedes Christi locavit: quod si aliquid in illo accumbendi modo non ita laudabile forte apparebat, quisque sibi illud persuadere debet etiam quæ inde-

indecora sunt ob populi consuetudinem saepe omnem foeditatem amittere, nam mulierum aliquibus non citra notam sponte convivii publici locum adire, ibique audere viro adhærere, cumque contrectare & ungere procul dubio turpe & indignum castitate Christi potuisset videri, nisi mos prope omnium Orientalium eam invitasset. Certe Maldonatus intelligere non potuit, quomodo dicatur stetisse mulier erecta, quasi non essent lecti super quos discumbebant ita alti, ut ipsi licuerit sic stare, & pedes ejus lachrymis lavare, interpretans stare pro consistere. Sed hujusmodi oscitantiam commisit ob veri triclinii ignorantiam, quod pedes altos habuisse non est dubitandum, ut facile ex ipsa pictura elucet, & Virgilius de Ænea loquens accumbente dixit initio secundi libri:

Inde toro pater Æneas sic orsus ab alto.

Atqui Toledus Cardinalis ob longam, quam Romæ traxit, moram, videndi, audiendi rerum vetustarum peritos uberem occasionem habuit, forsanque nostram sententiam & picturam compertam habuit, quod eam jampridem cum doctissimis Jesuitis, quorum consuetudine delector magnopere, communicassem, priusquam publicarem. unde facile consentit toros tricliniorum ita altos extitisse, ut mulier nullo labore posset stans retro pedes epulantis contrectare, lachrymisque abluere: & certe licet vir doctissimus non explicate docuerit discumbendi modum, attamen ex ejus verbis veritatem sibi maxime omnium innotuisse patet. Itaque hoc jam constitutum sit triclinium dictum esse, quod tres lecti sternerentur, in quibus ita jacerent, ut versus mensam cubitis sinistris innixi dextera manu uterentur, pedesque in exteriorem partem protenderent, ubi ministri erant, & ubi stetit erecta Maria, quemadmodum discrete satis & copiose alibi ex variis scriptoribus declaravimus, & sicut ex imagine anteposita clarissime elucet. Supra quid vero sternerentur lecti, non est ita proditum, attamen licet conjicere sæpius supra tabulata altiuscula esse extensos, quæ nonnumquam etiam apud Hebræos ex argento aurove conflata fuisse colligitur ex primo capite Hester, in illius magnifici convivii descriptione, quod pariter à Romanis factum testatur præ ceteris

L

Plinius

B

127

Plinius libro xxxiii. cap. undecimo, fuisse vero facta lectisternia primum lignea conicere licet ab eo quod narrat ex Seneca Agellius libro duodecimo, capite secundo, nempe Soterichum lignarium fabrum extitisse, qui lectos tricliniares ligneos faciebat, ob idque data est occasio adagii, ut cum vellent rem exigui pretii, nec multi artificii significare Soterichi lectis assimilarent. Nunc vero secundum propositum aggredior, scilicet an apud Hebræos, quo tempore Christus affuit cenæ Pharisei, mos fuerit discumbendi in tricliniis, quemadmodum Romæ, qua de re cum consuluerim Vitalem Medicum Florentiæ, artem medicam sancte ac feliciter exercentem, rerumque Hebraicarum longe peritissimum, is mihi adeo docte & diserte respondit, ut in huiusmodi gravi disceptatione vix quicquam doctius & elimatius desiderari queat: quia tamen ab sententia nostra nonnihil discessisse visus est, pro mea confirmanda necesse puto aliquid in medium afferre. Etenim dubitare minime oportet, quin apud vetustissimos Hebræos varius convivia agendi mos fuerit, siquidem libro Geneseos in celebri illo convivio, quod Josephus fratribus, aliisque magnifice dedit, omnes sedisse memorantur, similis quoque moris libro Judith, libro primo Regum, atque alibi sæpius mentio clarissima habetur: atque si Tobix, qui vixit ante captivitatem Babylonix liber legatur, ibi accubitus non obscuram mentionem fieri cognoscetur, quamquam fortasse dicere liceret tunc illum apud Assyrios vixisse, apud quos in usu erat cenantes accumbere. Jam vero de Trojanis atque Tyriis similiter existimare debemus, cum apud Virgilium primo & secundo libro discumbendi consuetudinis commemoratio fiat, sicuti libro septimo non dubia memoria reperitur sedendi ad mensas usus sub illis verbis:

*Hæ sacris sedes epulis; hic ariete caeso
Perpetuis soliti patres considerare mensis.*

Vbi quamquam in aliquibus contextibus legatur loco (*considerare*) accumbere, attamen Servius cum locum interpretans dixit, *maiores epulari consuevisse sedentes, atque illum habuisse*
se

se morem à Laconibus & Cretenſibus, ut Varro docuit in libris de gente populi Romani, in quibus dixit quid à quaque traxerint gente per imitationem. Hæc autem ſedendi ad menſas conſuetudo Romanis certe illis vetuſtiſſimis diu, & in aliquibus occaſionibus uſurpata fuit, ſicut etiam monumentis relatum invenitur Alexandrum Magnum aliquando ſexcentos, ut ait Athenæus, vel ſex mille, ut eſt apud Euſtathium, duces convivio excepiſſe, eosque omnes ſedilibus argenteis ſedere feciſſe. Atqui poſterioribus temporibus, tam florentis Reipublicæ, quam Imperatorum, non eſt dubium nobiliores ſaltem accumbere conſueviſſe, idque præter innumeros Latinæ linguæ auctores marmora quoque teſtantur, ut locupletiffime alias demonſtravi, atque alii quoque docuerunt. Græcos pariter conſtat eundem accumbendi morem eſſe ſectatos, & quod turpius eſt, narrat Athenæus *matulas pro excipiendo à veſica exeunte vino geſtare conſueviſſe in triclinia, quas ſæpe, ubi vino incaluerant, ad capita frangebant*, introducto hoc more à Sybariticis populis ſordibus omnigenis olim deditiſſimis. Verum de Hebræis dubitatur an ſimiliter illi ad Romanorum imitationem accumbere potius, quam ſedere ſoliti fuerint, ut hac ratione liceat exiſtimare Chriſtum ita fuiſſe locatum, ac propterea Magdalenam potuiſſe ſtanti retro pedes illius lavare, exiccare, & ungere. Jam vero complura ſunt, quæ ex ſcriptoribus conſtat eos à Romanis fuiſſe mutuatos, & Joſephus in libro antiquit. narrat Hebræos ſemper eſſe ſecutos ritus Romanorum, poſtquam ſub eorum ditionem devenerunt, modo non contrariarentur patriis legibus, & ut dicebam antea, maniſeſtum eſt ex ſacris libris ante captivitatem Babylonix eam gentem in conviviiſ tam publicis quam privatis ſemper ſediſſe. Verum poſtquam in Babyloniam ducti fuerunt captivi utroque modo edere conſueverunt, ſenes ſcilicet ſedentes, juvenes vero accumbentes, ut mos erat Babylonix, veluti Rabbini tradiderunt, apud quos etiam legitur accubitus fieri ſolitum, vel ſtragulis ſupra terram extenſis, vel tapetibus precioſis, & pulvinaribus, ita ut cubitis innixi firmum corpus univerſum ſervarent; facta autem fuit deinde lex, ut tempore Paſchatis in duræ ſub

Pharaone servitutis, liberationisque commemorationem quisque accumbendo epularetur, ceteris vero diebus liceret unicuique prout liberet sedendo, vel accumbendo cenare : ex quo patet apud Judæos pariter accubitus gloriosus quandoque fuisse habitum. Porro modus, quo Hierosolymis in secunda domo, scilicet post liberationem ab Ægypto, atque potissimum tempore Christi convivium fierent, non ita compertus est; illud vero constat, & in Vrbe semper quinque linguarum extitisse usum Hebrææ, Chaldææ, Syriacæ, Græcæ, & Latinæ, quarum Syriaca in frequentiori usu erat. Hebræa vero non nisi à doctis, & in disciplinis comparandis usurpata, sicuti olim Romæ Græca, & nunc passim Latina. Fuit autem in Iudæam Syriaca lingua introducta, quando decem tribubus à Salmazaro Assyriorum rege captis, in earum locum missæ sunt in Samariam, partesque ei circumvicinas Assyriorum coloniae, ut legitur xvi r. cap. quarti libri Reg. qui ob id ad Hebræis deinde semper sunt Samaritani vocati, atque ideo averfati, quod Idololatræ essent, Mosaicosque ritus minime, ut par erat, observarent, etiam si à sacerdote illuc in id missi instructi fuissent. Hunc ergo in modum Syriaca lingua apud Hebræos inducta, propagata, & conservata est; quemadmodum Chaldæam Syriacæ valde similem ipsimet Iudæi ex Babylonia, ubi illa usurpabatur, sponte transtulerunt. Post hoc vero Græcis rerum potitis, Rabbini doctiores ipsorum linguam ita apprehenderunt, ejusque copia & suavitate sunt delectati, ut Hebraicæ ipsam æquarent. Vnde pariter successit, ut plerique cruditiones non solum Græce loquerentur, sed etiam satis eleganter scriberent, quales fuerunt Paullus, Iosephus, Philo, atque alii plurimi. Romani postremo cum Iudæam subjugassent, necesse fuit ut ille populus ipsorum linguam Latinam addisceret, eaque pro negociis agendis uteretur; quæ etiam fuit ratio, quam obrem titulus crucis Christi Hebraice, Græce, atque Latine scriptus fuerit : illud tamen de hisce linguis, & potissimum de Syriaca vere constat ipsam fuisse omnium Hierosolymis usurpatissimam, atque multis Græcorum vocibus permixtam, sive id fuerit ob Græcæ delectationem, qua Iudæi afficiebantur, sive alia de causa : solent enim
qui

qui peregrinis linguis gaudent, saepe illarum vocabula propriis commiscere. Ergo hisce constitutis, cum Judæi lingua Romanorum, Græcorum & Assyriorum, apud quos in usu erat accubitus, uteretur, verisimile est quoque eosdem accumbendi morem ab iis accepisse, quod forsan à pervicacibus negari potuisset, nisi complures Evangelii loci, ubi discubitus & accubitus fit mentio, aperte testarentur. Vtrum autem accumbendi modus Hierosolymis esset, qualis apud Romanos in triclinio, scilicet lectis tribus altioribus circa mensam stratis, vel ligneis, vel argenteis, aut aureis, quales habuisse aliquos narrant Plinius, Athenæus, & alii, haud ita clarum est. Sed ut omittam Iudæos veteres, apud quos forsan vox triclinii usitata in sacris libris cubiculum duntaxat, in quo cenabatur, significare potest, de quo Vitruvius lib. Architecturæ quarto tractavit, certe cum in Evangelio nominetur Architriclinus, negari nequit Iudæos imitatos esse Romanos & Græcos, in quorum conviviis erant *ἐσιδεχαι*, id est, *convivii principes*. Ceterum doctissimi viri, qui accubitus quidem in conviviis Phariseorum concesserunt, sed more Hebræorum stratis supra terram lectis, non autem alte locatis, more Romano, in eam devenerunt sententiam potissimum, quod contextus sacrorum librorum Syriacus ubi de architriclinio & triclinio legitur, simpliciter accubitus, non autem modum significet, & quod Pharisei juxta præceptum Levitici cap. xvi i i. conarentur in cunctis sese à ritibus quibusvis peregrinorum alienare, maxime Romanorum, quos quotidie intuebantur idolis servire, usque adeo à lege damnatis. Quantum vero ad Magdalenæ actum, animadvertentes quam difficile sit eam secundum Lucæ litteram accommodare, si lecti supra terram duntaxat statuuntur, ad evitandum cum scopulum imaginati sunt, primum ingressam Magdalenam rectam aliquo tempore illachrymantem stetisse, demum sese inclinasse genuflexam, sicque lavisse Christi pedes, terxisse, atque unxisse. Verum pace horum, cogor ab hujusmodi placito longe dissentire, simulque ostendere figuram triclinii & accubitus Christi non aliam potuisse esse, quam à nobis descriptam, atque tunc temporis passim à Romanis usitatam. Quis enim ignorat eam

semper viguisse consuetudinem, ut populi principum mores, quantum fieri potest, imitentur: maxime viri nobiles, & in existimatione habiti, quales erant Pharisei; quos si non ob aliud, saltem ut Herodi & Pilato, tunc pro Imperatore Tiberio gubernantibus, simulque Romanorum mores, ut ait Josephus, introducere satagentibus, rem gratam faceret, verosimile est conatos in accubitu, qui nil lege repugnabat, sicut & in multis aliis, forsan minoris momenti, Romanos imitari, quod Christi tempore omnes Orientis nationes faciebant. Quod porro Hebraei in aliis plerisque Romanorum sequerentur ritus, absque multo labore indicabo; tum id quod imaginantur de Maria haud quaquam consistere posse monstrabo. Itaque non est negandum post redactam à Pompeio in Romanorum potestatem Judæam, & post Archelaum jussu Augusti in exilium expulsam eam nationem per procuratores fuisse gubernatam, qua occasione Hierosolymis, atque in omni Judæa innumeri milites, cives, atque equites Romani omni tempore habitabant, quos æquum est existimare secundum Urbis ritus vixisse, atque ipsis Judæis, ut contingere ubique solet, eos communicasse, neque id Hebræos potuisse aspernari, ne multo magis odium principis sibi adsciscerent. Et si recte expendantur quæ de Romanorum moribus in conviviiis scripserunt Varro, Cicero, Seneca, Plinius, Plutarchus, Suetonius, Galenus, Athenæus & alii, proculdubio intelligere concedetur fere omnes eos tempore Salvatoris nostri fuisse à Judæis observatos, veluti ex variis Evangelii locis colligere licet. Nam ut antea dictum est, triclinii conclavis, & cenaculi nomina clara habentur in Evangelio; haud secus atque à prophanis rerum Romanarum scriptoribus memorata reperiuntur. Habebant Romani, sicuti recitant Plinius & Martialis, in more patinas grandes adeo usurpare interdum, ut possent ex unis eis convivæ accipere, quod similiter fecisse Christum in cena discipulorum memoriæ mandatum est. quod etiam dixi in primo de gymnastica, Romanos fere semper lavari, foccosque reponere solitos, prius quam mensæ accumberent, idem factitasse Salvatore nemo inficias ire valet. Jam de ungendi usu post balneum & antecenam copiosissime scripsit præter Clementem

tem Alexandrinum Athenæus quintodecimo libro Deipnosophist. apud quem proprium, & odoratum unguentum singulis corporis partibus dicatum legitur, ut ob id Maria quoque Romano & Græco more utens, voluerit & caput & pedes Christi, tam viventis quam mortui ungere, qui quasi increpans Pharisæum quod similiter non fecisset, certum indicium attulit, sibi placuisse Romanorum & Græcorum ungendi consuetudinem observari. Et quod dixit Christus de illo, qui accedens ad convivium nuptiale, lacerna adhuc indutus vestem nuptialem non induisset, dubio procul ex ritibus Romanis totum fuit captum. De loci nobilitate tum in pontificali, tum in civili, tum in consulari convivio habebant Romani, ut narrat Plutarchus in Symposiacis, atque Macrobius, non exiguum discrimen, ut interdum medius medii lecti, interdum imus ejusdem, atque primi nobiliores reputarentur, cujus rei illustre exemplum est id, quod dixit Christus adversus illos, qui primos accubitus ambiebant, in quo accubitu ita locabantur, ut posset facile quisque reclinare sese, & recumbere in sinu proximioris, quemadmodum fecisse Joannem ipsemet in suo Evangelio testatur, qui cum carus esset magistro, non est mirum si penes ipsum accubuit, veluti Romanis usitatum erat in privatis & publicis conviviis uxores, filios, aliasque personas chariores juxta sese collocare. Cum igitur ex his, ac pluribus aliis certo conjiciatur Judæos fuisse Romanorum mores in conviviis maxime sectatos, cur non etiam in tricliniis construendis, atque altioribus faciendis eosdem non sint imitati, causam nullam video. Neque moveor ab hac sententia, quod Syriacus Evangelii contextus ambiguus videatur, potiusque vetustum Hebræorum super terram accubitus, quam in altis toris insinuare videatur, quandoquidem in miraculo quinque panum, & duorum piscium ita facile est accipere, pro quo faciendo jussit, ut turbæ super fœnum discumberent; at in convivio nobili coram ipsis Romanis idem facere dedecus plane non exiguum attulisset; Præterea si Judæi interdum Christum murmurarunt, quasi discipuli ejus non lavarent manus, antequam mensæ accumberent, multo magis fuisset immurmurandum, si accubuissent lectis & cervicalibus super

terram conſtratis, non autem alte poſitis. Qui vero Syriace
 Euangelium ſcripſit, vel tranſumpſit, cum forſan nomen ſibi
 haud ſuppeteret proprium, quo explicare poſſet verum Ro-
 manorum triclinium, maluit quod habebat uſurpare, quam
 rem penitus indeclaratam relinquere. At nihil hoc eſt, præ
 ipſa Magdalena ingrediente, & ſtante retro ſecus pedes ejus,
 quæ omnia uti accommodari nullo pacto queunt, ſi ſupra ter-
 ram ſint immediate poſiti lecti, ſic triclinio noſtro judicandum
 unicuique permitto, quam apte congruant. Neque enim
 credibile eſt, ſi ſeſe mulier genibus in terram inclinaffet, fuiſſe
 id Euangeliftam taciurum, poſtquam minime ſilendum puta-
 vit, quod ſtaret retro & ſecus pedes, lachrymisque eos riga-
 ret: nam qui tanta diligentia retulit, quæcumque ibi contige-
 runt, non debebat etiam genuflexionem omittere, & multo-
 minus poſtquam jam dixerat ipſam ſtetiffe. Quare jam ſatis
 monſtratum arbitror Chriſto accumbente cum ita alte fuiſſe
 locatum, ut Maria, quæ nec parvæ ſtaturæ erat, potuerit
 ſtans erecta rigare ipſius pedes lachrymis, nec non manibus
 contrectare, & capillis ſiccare, demumque ungere. Quod
 totum luculentiffime exprimi in antepoſita triclinii noſtri figu-
 ra, neminem negaturum confido. Cum hucusque oratione
 perveniſſem, jamque ea ad prelum miſſionem acceleraret, ob-
 lata eſt occaſio Alphonſi Salmeronis olim Jeſuitæ doctiſſimi
 prolegomena in Sacroſanctam Euangelicam hiftoriam ſingu-
 lari eruditione referta legere: atque inter legendum cum mihi
 canon quadrageſimus ſextus prolegomeni undecimi occur-
 riſſet, ubi diſertiffime de univerſa accubitus ratione, deque
 Magdalenæ in lavandis atque ungendis Chriſti pedibus titu,
 nec non de Joannis in ejusdem Chriſti ſinum recubitu diſputat,
 incredibilem quandam lætitiâ ſimul & admirationem pepe-
 rit, etenim lætatus ſum, quod meas cogitationes, quas ſemper
 novas, & forſan à nemine alio propoſitas exiſtimavi, à viro
 ſapientiſſimo, & rara doctrina prædito, ita clare confirmatas,
 quaſique inconcuſſas redditas invenerim. Admirationem vero
 cœpi non exiguam quomodo fieri potuerit, ut in re uſque adeo
 obſcura & vetuſta ſimul nos convenire, ac in nulla re diſcrepa-
 re licuerit; Eſſi enim quo tempore gymnaflica mea in lucem
 exivit,

exivit, is adhuc viveret, quippe quem sæpius concionantem Romæ auscultaverim, ubi eos libros dum Cardinalis Farnesii medicum agebam, & composui, & in lucem edidi, attamen utrum eos viderit haudquaquam affirmare audeo. Neque vero credibile est me ab ejus scriptis, quæ disserui de accubitu accepisse, cum ea hætenus latuerint, neque ipsum eadem de re ita diligenter scripsisse, ne somnare quidem valuerim. Vnde quæ solet esse veritatis ingens vis, puto eodem spiritu ambos nos ad ea scribenda fuisse impulsos, & propterea quicquid ea de re dictum fuit, pro vero & irrefutabili habendum esse; ea namque est gens *Iesuitarum*, ut in qualibet disciplina, immo in tota rerum tam divinarum quam humanarum natura, nihil ita rarum, excultum, & reconditum habeatur, quin ab aliquo ipsorum sit perfectissime elaboratum, & felicissime posteris ipsis traditum.

CAPUT XII.

De Auctoribus Gymnastica, & Gymnasiorum ministris.

Quemadmodum ceteræ artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam caruisse constat, qui & ipsam voluminibus illustrarint, & ab oblivione vindicarint; sed factum est, ut quam jacturam plurimæ res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quandoquidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores vidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim ætate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagoræ, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, à Græcis atque Latinis auctoribus citata vidit? quorum præclarissima commentaria nisi hodie desiderarentur, forsitan hæc ars, quæ jam dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis atque splendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam revocandi assumeremus: prætereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastæ de exercitationibus & sudoribus, à Theophrasto celebrata commentaria: quibus dum nos carere considero, non magnopere com-

M

moveri

moveri nequeo, atque interdum etiam ab incepta opera valde deterreri, sed hæc dimittentes jam gymnasiolorum ministros declaremus, inter quos primum locum tenebat *gymnasiarchus*, cuius munus erat toti gymnasio præesse, & veluti princeps quidam omnia moderari, tempus & horas præscribere, ordinem ponere, & alia denique, quæ ad artium & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus pædagogus apud Plautum gymnasii præfectum vocavit his verbis:

*Ante solem exorientem nisi in palastram veneras,
Gymnasii præfecto haud mediocres pænas penderes.*

Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animadvertere magno imperio consuevisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: *Demoliendum curavit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco illi præerat.* Secundum locum habebat *xystarcha*, hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus præerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad Martyres, & ut ex inscriptione conjicitur, quæ Romæ in foro Trajani in basi statuæ Græcis litteris notata à nobis sic Latine reddita est.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRA TIAS TEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM. ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI PERPETVVM. XYSTAR CHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODYNVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA. MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRA TIAS TES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM. NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPA TVS. XYSTAR CHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTAR CHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diversus fuit præfectus luctæ à Gale-
no *ἡγιάτης παλαίσματος* vocatus, qui perinde ac pædotriba
quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xyistarchus
plurium exercitationum moderator, victorumque, & omnium
præmiorum decernendorum iudex foret. nominatur & ab ^a Hip-
pocrate *παιλαίτροφύλαξ*, nos custodem palæstræ dicere possumus;
quod non solum ipse luctaretur, verum etiam palæstræ curam
haberet. Agonistarcham vero eum fuisse puto, qui certami-
num publicorum præfectus esset, quive & in amphitheatris,
& in gymnasiis, ubi athletæ, in publicos ludos prodituri,
prius exercebantur, munus suum obibat. ejus habetur men-
tio in hac vetusta inscriptione à Ligorio mihi communicata.

^a 6. Epidem.
sect. 7. prope
finem.

APOLLINI INVICTO.
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG.
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COM.
MODIANVS.

Post hos aderat *gymnastes*, quem Galenus secundo de tuend.
valetud. cap. 11. voluit magistrum omnium exercitationum ex-
titisse, qui eorum vires ac potentias ad sanitatem conducentes
callens, quomodo fieri deberent, quam diu, & quæ quibus con-
venirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edo-
cebat; eo quod vel medicus esset, vel medico in multis par, ut
ex Platone xi. de legibus colligitur. ubi si quis servum ægrum
medico, aut gymnastæ vendat, non esse redhibendum vult,
quasi uterque languentes à sanis dignoscere scire debeat, immo
Basiliius homil. in Hexameron xi. de hominis natura æque
gymnastem ac medicum speculari, & quærere solitum docet.
hunc Xenophon, ut refert Julius Pollux, *progymnastem* appel-
lavit, Plato vero *pædotribam*, referente ^b Galeno, vocare ma-
luit. is enim in tertio de republica Herodicum medicum, qui
primus gymnasticam medicinæ junxit, pædotribam nomina-
vit, & in Protagora ita scriptum reliquit: *Εἴ τι πόνων πρὸς τέττοις*
εἰς παιδοτελείας πέμπουσιν, ἢ αὐτὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπὸ ἡγετῶσι τῇ

^b In libr. ad
Thras.

Ἀγνοία χενσι ὄρη id est : *Præter hæc adhuc ad pædotribas mittunt ,
 ut corpora meliora habentes menti bonæ existenti inserviant.* Ga-
 lenus tamen in consilio pro puero epileptico pædotribas rudes
 & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo
 tradit. *Protogymnasios* videtur Seneca epist. LXXXIII. eos vo-
 casse qui simul exercentur, vocabulo (quod equidem sciam)
 nulli alteri usurpato, quamquam Muretus progymnastas le-
 gendum maluerit in suis ad cum locum notis. Ἀλειπῶ quo-
 que ab Aristotele II. Ethic. capit. VI. à Paulo ^a Ægineta
 ἱατρᾷ αλειπῶ, & à Latinis *aliptam* hunc eundem vocatum repe-
 rio : siquidem ^b Celsus, ubi dixit *sanum hominem nullis sese legi-
 bus obligare debere, neque medico, neque alipta egere*; nullum nisi
 gymnastam intelligere voluit; sicuti etiam Cicero in epistola
 I X. ad Lentulum, in qua hæc scripta reperiuntur : *Sed vellem
 non solum salutis meæ, quemadmodum medici, sed etiam, ut ali-
 pta, virium, & coloris rationem habere voluissent.* Ex quo Cle-
 mens Alexandrinus VI. Strom. dixit, sanitatem per medici-
 nam, bonam vero corporis habitudinem per alipticam com-
 parari, quamquam etiam aliquando pro unctore ipso, vel pro
 unctorum magistro aliptam accipi sciam : ut apud Plutar-
 chum in libro de tuenda valetudine, & Cælium Aurelianum
 sæpius videre est. quo in casu ^c Hippocratem ἐξαλειπῶ po-
 tius dicere voluisse notat Galenus in linguarum explana-
 tione. Post gymnastem erat *pædotriba*, qui licet secundum
 Platonem ab eo differre non videretur, Galenus tamen eos
 valde diversos fuisse scribit, dum gymnastam medico & im-
 peratori, pædotribam militi & coquo assimilât, merumque
 gymnastæ ministrum nuncupat. nam sicuti miles nihil eorum,
 quæ ad bellicam scientiam pertinent, & coquus eorum, quæ
 ad medicinam novit, sed alter imperatoris, alter medici
 dumtaxat mandata exequitur, pariter pædotriba exercita-
 tionum omnium facultatem ignorabat, gymnastæque præ-
 cepta solum faciebat, utpote qui & usum, & differentias,
 & modum exercitationum experientia quadam calleret, sed
 ob ignorantiam sæpenumero aberraret, ut innuere voluit
 Galenus in libello de puero epileptico, ubi dixit, difficile fuis-
 se prudentem pædotribam invenire. Hanc gymnastæ &
 pædo-

^a lib. 3. c. 47.

^b lib. 1. cap. 1.

pædotribæ differentiam Aristoteles quoque philosophus cognovisse videtur, dum VII. Politicorum concludit, adolescentes gymnasticæ atque pædotribicæ tradendos fore : quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes ; & quarto ^a Politic. loco antea citato : dicit : Μηδὲν ^a Cap 3.

ἡπτόν τ' παιδοτριβῆς καὶ τ' γυμνασικῆς ἀποδοτέον τε, καὶ ταύτων ἐστὶ τὴν δύναμιν.

Gymnastes itaque erat præfectus exercitationum, pædotriba minister, & panifici, coquo, ac ædificatori proportionē respondens, facere panes, obsonia, ædes scientibus quidem, minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid non optimum, intelligentibus, quamve facultatem ipsorum unumquodque ad sanitatem haberet, non dignoscentibus. Hæc duo nomina apud Homerum non existere narrat Galenus : quod, ut antea declaravimus, semina dumtaxat artis gymnasticæ tunc temporis apparebant, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex & minister erant. Aderat & *sphæristicus*, eorum, qui pila ludebant, institutor, ac veluti pædotriba, quive secundum ^b Galenum, omnem pilæ jactum, exceptum, repulsumve callebat, minime tamen, quem corpori affectum parerent hi, noscebat. Aderant servi fricandis corporibus destinati, qui ad præscriptum gymnastæ, aut pædotribæ, modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias mediocribus, vario ac diverso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos erant & *reunectores*, ita à Plinio ac Celso nuncupati, quod corpora jam exercitata ungerent, reungerentve. hos, fuere qui crediderint, à Paulo Ægineta *ιατραιήπας* vocatos : sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his *ιατραιήπας* ostenderimus. *Mediastini* quoque gymnasiis ministrabant, pavimenta everrentes, nec non multa alia pro servitiis gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis ejus præclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua mediastinorum fit mentio.

^b lib. 2. de tuend. valetud.

DIIS. MANIBVS. S.
 TITO. FLAVIO. OLENO
 SERVO. ET. PROCVRAT
 BALNEI. T. FLAVI AVG
 VCT. MEDIASTINO
 VIX. ANN. X̄C. MEN
 VII D. VIII.
 T. FLAVIVS. T. L.
 POLYMNESTVS
 MEDIASTINVS
 AVG. N. FAC. CVR.

Aderant *serui balneares*, lotos in balneis primo cum spongiis, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cum linteis exiccantes. hos quoque arbitror ego consuevisse strigilibus corpora exercitatorum distringere, atque à strigementis depurare. Aderant *pilicrepi*, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum extingueretur. quidquid alii dicant, qui pro pilicrepis lusores pilæ, utpote obstrepentes, intelligendos putant, male sententias Martialis & Statii, de quibus nos locis suis loquemur, interpretantes. *Alipili*, qui (ut refert
 a Epist. 56. a Seneca) ad vellendos ab aliquibus corporis partibus, & præsertim alis pilos adhibebantur: nisi velimus, ut docti viri censuerunt, *pedicrepos*, & *alipedos* apud Senecam legere, quasi in gymnasiis essent, qui à pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipsos magna voce singulos enumerarent, ita ut Seneca ab hujusmodi vocibus offenderetur. quorum tamen sententiam non probo, quod b Juvenalis certo testatum faciat, fuisse in thermis, qui ab alis pilos avellerent, ubi servos suos describens Persico ait:

*Nec pugillares defert in balnea raucus
 Testiculos, nec vellendas jam præbuit alas.*

Atque hos modo voffellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, (hanc enim in evellendis virorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur c Plinius) nunc psilothris, opinor, quando narrat Suidas in collectaneis, cphoros, morum
 apud

b Sat. II,
 vers. 156.

c Lib. 14. c. 20.

apud Lacedæmonas censores, coactos aliquando fuisse lege & edicto cavere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. *Ianitores* quoque gymnasiorum unumquodque habuit; *Fornacatores*, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant præterea gymnasiis *variorum rerum venditores*, ut possent illi, qui in ipsis versabantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos adnumerantur à *b* Seneca *libarii*, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba vendentes, *botularii*, *crustularii*, &, quoniam inter exercendum sæpe vulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaue alia fieri solent, ob id gymnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & vespere huiusmodi casibus occurrendi, atque medendi gratia præsto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis verum puto, cum Romæ inventæ sint hæ duæ antiquæ marmoreæ inscriptiones, quibus *medici ludi matutini*, & *ludi magni* explicata habetur mentio.

b Epist. 6

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIA-
NVS. MEDICVS. LVDI MATVTINI.
FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CON-
IVGI CARISSIMÆ. BENEMERI-
TAE. ET. LIBERTIS LIBERTA-
BVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui autem essent ludi matutini & magni, ita proditum invenio, quod spectacula, quæ ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. VII. necnon in
fine

fine tertii libri de Ira cuius perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur : quod genus gladiatorium munus apud historicos sæpe nominatum invenitur : de quo etiam meminit idem Seneca epist. VII. Illos qui adversus bestias certabant, *bestiarios*; gladiatores autem *meridianos* à Suetonio in Claudio vocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit vocatus ludus magnus, existimo causam; quia major pars spectatorum confluebant ad videnda hominum, quam bestiarum certamina; ut jure omnes, & præsertim Seneca hanc populi in spectandis homicidiis delectationem sint infectati. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romæ magnos & matutinos ludos esse vocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, *gymnastarcham* loci principem, *xyistarchum*, athletarum magistrum, *gymnastam* omnibus exercitiis præfectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tempus utendi ac alia dignosceret. Subjecti gymnastæ multi erant ministri, *padotriba*, qui palæstræ ministrabat, *exercitationibus luctæ præfectus*, *sparistericus*, *fricator*, *reunctor* & *mediastinus*, *pilicrepus*, *alipilus*, *janitor*, *formacator*. Vtrum autem temporibus luctus gymnasia aperirentur Romæ non mihi constat. Athenis scribit Laërtius in morte Socratis fuisse clausa publica gymnasia, causa quod Athenienses poenituisset eum occidisse. Atque hæc de gymnasiis antiquorum à nobis dicta sint.

CAPUT XIII.

De trium Gymnastica specierum differentiis, bellica, legitima, sive medica, & vitiosa seu athletica.

Q Vicumque artem, aut rem aliquam sibi exacte tractandam proponunt, operæ pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, verum etiam illam ab aliis, quæ similem naturam perinde ac nomen obtinere videntur, ita distinguant, ne lectores æquivocatione decepti, vel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum
nos

nos gymnasticam veram tractare proposuerimus, quæ medicinæ pars esse definita jam à nobis fuit, aliæque sint gymnasticæ circa eadem fere versantes. necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diversitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quæ superius diximus, tres statuimus gymnasticæ totius species, gymnasticam *veram* seu *legitimam* (ut Galeni more loquar) *bellicam*, tertiam *vitiosam* à Galeno nuncupatam: hæ omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulæ institutæ sunt, magnopere, sicut etiam supra monstravimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinæ pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarum ope, & sanitate acquirant, tueanturque; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat ^a Plato) μὴ τὰ πολλά, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια πλεῖν διεξιέναι ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, id est, *Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere.* Hoc ita esse quoniam Galenus tum in libello ad Thrasybulum, tum in libris de tuenda valetudine non minus copiose, quam luculentur demonstravit, & nos quoque superius aliqua ad hanc speciem pertinentia declaravimus, haud amplius in ea celebranda verbis immorabor, sed ad bellicam transibo: cuius unum studium erat homines, pueros, atque etiam apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adjumento ita disponere atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere valerent. quamvis enim hæc quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem non esse satis aperte constat. quod vero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat, præter à me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declaravit juvenum & puerorum educationem majorem partem in rebus publicis obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros atque puellas & virgines edoceant,

^a In lib. de Philosoph.

quod ad assequendam militarem peritiam, nil melius palæstrica & saltatoria gymnastica partibus inveniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de Republica & alibi sæpe profecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octavo Politicorum expresse indicavit, ubi tam eas, quæ athletarum habitudinibus corpora juvenum deformare, & eorum augmentationem impedire student civitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamque pueris gymnasticam tradendam consulit, quæ mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotiis vere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum Galenum non reperio, nisi velimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinæ gymnasticæ operam navant, etiam dum oportet, bellica uti valeant. Vegetius inter Latinos quantopere conferret hæc gymnastica militiæ, quomodoque addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militari libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin hujusmodi ars apud Græcas & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Præter has duas est etiam gymnastica alia vitiosa, & athletica à Galeno nuncupata, quæ hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta illæ, quem Olympiodorus quarto meteorolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere solitum scripsit) quo in certaminibus vincere, & præmia, ac coronas mereri possent, operam navabat, quamve pluribus nominibus apud auctores vocatam invenio. Nam Græci modo ἀγωνιστικῶν, modo ἱερῶν ἀγῶνας, modo ἀθλητικῶν, modo γυμνικῶν appellant. Latini alias *gymnica certamina*, alias *sacra*, alias *ludos*, alias *gymnicos ludos*, alias *athleticam artem* dicunt. Prout hujusmodi certamina in honorem alicujus Deorum celebrabantur, vel *sacra certamina*, vel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumque exercitatores aliquando *sacrorum certaminum athletas* vocatos invenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis, & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγῶνων ἀθληταὶ ῥαδίως πρῶτος ὡσεὶ ἀμελεῖσι τὴν ἀσκήσεως, id est, *Quemadmodum*

dum gymnicorum certaminum athletæ facile primas tenentes, exercitationem contemunt; aliis vero nominibus vocabantur, quando aut in amphitheatris & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasiis, vel aliis publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum ^a Julii Pollucis sententiam, hujuscemodi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletæ ut plurimum vocati sunt simplici nomine vel à fine, qui ἄθλον, sive præmium erat, cui operam navabant, vel ὑπὸ τῷ ἄθλῳ, id est, à certamine nisi potius (quod maluit ^b Galenus) dicamus nomen illud ὑπὸ τῷ ἄθλῳ, sive ὑπὸ τῷ ἀθλοπαιγνῷ deductum, ad significandam hujusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscunque exercitatores tales gratia præmii certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticæ bellicæ professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in I I I. de Republ. ubi athletas veros à bellicis distinguens ita inquit: Κομωτέρας δὲ πνῖν ὡς δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δέ τοις πολεμικοῖς ἀθληταῖς, ὅς γε ὥσπερ κύνες ἀρχεῦντες τε ἀνάγκη εἶναι, id est, *Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tanquam vigiles canes esse necessarium est.* & rursus septimo de Republ. πῶ ἅμα δ' ἐννοῶ λέγων, ὅτι ἀθληταῖς μέντοι πόλεμος ἐφαμὲν τέττας ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; id est, *hoc autem inter dicendum mihi in mentem venit. Nonne belli athletas juvenes esse debere diximus?* Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod ubi Plato athletas appellat gymnasticæ bellicæ exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, vel πόλεμος, vel aliud, ut in fine septimi de Legibus, τοῖς παρ' ἡμῶν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, nisi ut eos ab athletis veris distinguat. Quare concludens dico, primæ & secundæ gymnasticæ professores nunquam proprie athletas vocari, sed tantum professores tertiæ, quo nomine vere proprie palæstritas, pugiles, pancratiastas ceteros, gratia præmii certantes, minus proprie vocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro, qui palæstritæ, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdum totum diem, aut luctari, aut παγκρατεῖν

^a Lib. II.^b In suæ. ad
lon. ar.

cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & evaporatu difficili, cujusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli veri athletæ vescerantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in aliis locis ob præmium & gloriam certabant, in hoc à ceteris diversi, quod solum vincere, & coronam assequi studerent, cum alii vel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendæ; vel militari fortitudini & peritiæ acquirendæ intenderent, quos simpliciter gymnasticos & exercitatos, vel athletas bellicos nuncupari invenio, ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus versantes, communi nomine *gymnastica* vocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alii forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quæ à prædictis degenerans, vitiosa appellata sit: quæve robori, non sanitati operam daret: robur enim diversum habitum à sanitate exigere, testis est Aristoteles VIII. sect. problem. VI. quo in loco *pinguem habitum robori, sanitati vero rarum convenire scribit.*

CAPUT XIV.

De vitiosa Gymnastica, sive Athletica.

^a In suof. ad
bo. ar. cap. 6.

lib. 7. c. 56.

Postquam de bellica gymnastica, atque etiam de gymnastica simplici, quantum ad præsens negotium spectabat, satis disseruimus, jam opportunum erit de athletica sermonem habere. quæ quoniam temporibus ^a Galeni, atque etiam superioribus maximam auctoritatem sibi vendicaverat; ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atque impurissimis contumeliosissimisque verbis infectaretur. quod quam sapienter simul ac iuste fecerit, ex his, quæ de illius professorum moribus, aliisque conditionibus dicturus sum, facillime clarum futurum spero. & ut à principio exordiar, ^b Plinius auctor est *gymnasticos ludos à Lycaone, athleticam ab Hercule olympia* inventam fuisse: ut tota hæc ars duos parentes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atque artem illustrem, & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo postea temporis intervallo, atque

atque pravis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut verius *κακοτεχνίας*, quam artis nomen ei convenisse dixerit ^a Galenus, siquidem illius exercitatores dum spe victoriæ & præmii (quorum gratia qui certabant omnes, athletas vocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roborique comparando nimium incumbabant, mentem etiam crassam, sensusque omnes hebetes, torpidos ac segnes reddebant. unde non immerito ^b Plato athletas somnolentos, segnes, ignavos, desides, vertiginosos, tandemque morbosos nuncupavit: ^c Hippocratem medicum secutus, qui habitus athletarum veluti periculosos, maximisque ægritudinibus obnoxios ubique detestatus est, sicut & ^d Plutarchus eos saxis, atque gymnasiolorum columnis similes effecit, alias item confessus quod Græcis nihil aliud molliorem, atque servitutem invexerit, nisi hæc gymnastica vitiosa, cujus opera torpentes atque relanguescientes ab armis delapsi sunt, contenti pro strenuis atque fortibus militibus seipsos bonos palæstritas & athletas dici. Cassiodorus lib. v. variarum cap. xlii. loquens de solemnibus ludis, qui ab athleticis exercebantur eos ab Atheniensibus in honorem Dianæ primum inductos tradit. ubi etiam longa satis oratione, ut fierent, & qua arte, quibusque instrumentis adversus immaniſſimas feras decertarent, morteque præmia consequerentur diserte docet. Porro hanc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totam ejus naturam brevissima oratione ab ^e Aristotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum lib. de agonistica (sic etiam athleticam appellatam superius diximus) hæc scripta reliquit: Ἀγωνιστικὴ ἢ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐν μεγέθει ἢ ἰσχύϊ ἢ τάχει, ἢ ᾧ ὁ ταχὺς ἰσχυρὸς ἐστίν, ὁ ᾧ διωάμηναι τὰ σκέλη, ἢ ῥίπτειν πῶς, ἢ κινεῖν ταχὺ ἢ πόρρω, δρομικός. ὁ δὲ θλίβειν, ἢ κατέχειν, παλαιστικός, ὁ δὲ ὥσπερ τῇ πικρῇ πικρικός, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τέτοις, παγκρασιατικός; ὁ δὲ πᾶσι τέτοις πέντεθλος. id est: *Agonistica autem corporis virtus ex magnitudine, & robore, & celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui enim quodammodo crura projicere, & velociter ac longe movere potest, cursor; qui vero comprimere & continere, luctator; qui percussione impellere, pugil; qui autem utrisque his, pancratiastes; qui vero omnibus his, quinquertio est.* utrum autem vox (τάχης) in Aristot. sit retinenda,

^a In lib. ad Thrasymb.

^b Tertio de Republ.

^c 1. Aphor. lib.

^d In lib. de tuen. val.

^e Cap. 5. circa finem.

an vero (τέχνης) scribendum dubitari posset ob verba sequentia, quibus innuit robur esse suapte natura conjunctum cum pernicitate; verumtamen, ut non inficior etiam vocem τέχνης id est, *artis*, quadrare, cum ars maxime valeat in athletica, in qua eam robori & magnitudini primum omnium addidisse Theseum testatur Pausanias in Acticis, sic non video cur à robore quoque celeritas separari nequeat, cum res ipsa doceat plerosque viribus mognopere valere, qui tamen in agendo tardi potius, quam celeres sunt. Sed utcumque sit clare patet athletarum omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse, ut corporis magnitudinem, robur, atque celeritatem compararent, quibus soli ceteros antagonistas superare, & præmio honoreque potiri valerent. id quod licet pluribus certaminum generibus contenderent, quinque tamen præcipua erant, in quibus vel semper, vel plerumque tam in sacris certaminibus, quam in ludis, amphitheatris, & publicis spectaculis, sed præsertim in stadio, quod fere solis athleticis proprie destinatum erat, certabant, *lucta*, *pugilatus*, *cursus*, *saltus*, & *discus*. unde *luctatores*, *pugiles*, *cursores*, *saltatores*, *discoboli* nuncupabantur, qui separatim in singulis pollerent, sicuti *pancratiasta* dicebatur, qui in lucta & pugilatu valebat: qui vero in cunctis quinque, *pentathlon*, & vocabulo Romano *quingertius* vocabatur, ut docet Festus; etsi quingertiones apud Livium Andronicum athletas significare scribat idem Festus, apud quem etiam periodon vicisse dicebatur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia vicisset, nomine à circuitu eorum spectaculorum accepto. narrat Laërtius Democritum philosophum esse vocatum pentathlon, forsan quod in juventute vicisset. Erant postmodum *halteres*, *jacula*, atque nonnulla alia, quorum quoque certamina athletæ obibant, at in publicis ludorum & sacrorum certaminum celebrationibus raro illa peragebantur, una excepta monomachia, quam Græcos sacerdotes æstatis tempore in pergamo exercere consuevisse memoriæ prodidit ^a Galenus. Quamquam monomachos, sive gladiatores apud veteres ab athletis diversos fuisse sciam, quod M. Cicero testatum fecit Epist. fam. lib. VII. Epist. I. his verbis: *Nam quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores*

diatores contempseris? Nisi dicamus quod memoriae proditum habetur à Dionysio Halicarnassæo antiq. Rom. lib. vii. *athletas alios fuisse leviorum, alios graviorum certaminum, atque hos posteriores fuisse gladiatores.* De iis in leg. vii. §. iv. ff. ad leg. Aquil. ab Ulpiano scriptum reperio. *Si quis in colluctatione vel in pancratio, vel pugiles dum inter se exercentur, alius alium occiderit, cessat Aquilia, quia gloria causa & virtutis, non injurie videtur damnum datum.* unde patere arbitror apud majores hanc athleticam in maxima existimatione habitam. cujus ea erat ratio, quod homines semper illas res extollere, ac honore dignas efficere solent, à quibus voluptates ac delectationes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis ceterisque spectaculis maximas voluptates publice afferret, in honore habita, atque à multis expetita fuerit: quando athletis ludos ingredientibus, ut refert ^a Plinius, omnes assurgebant, ^{a lib 16.c.4.} etiam senatus, iique senatui proxime sedebant, necnon cum patribus, avvis paternis, à quibusvis muneribus vacabant, & victores in patrias triumphantes invehebantur, immo athletis ingenuos cedere atque occidere, quod aliis vetabant leges, non modo licuisse, verum etiam honorificum fuisse auctor est in i. i. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicam, quod Eusebius in v. de Præparatione Evangelica multo sermone damnat veteres, scilicet eo superstitionis atque insanie interdum devenisse, ut pugiles atque atletas in Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus satis clarum esse potest, athleticam antiquitus magnæ auctoritatis fuisse: & propterea non temere illam Galenum infectatum esse, dum animadverteret, quantum damni ex ea artis athleticæ reputatione humano generi accederet; siquidem non modo cuncta animi, verum etiam corporis bona ita corrumpebantur, ut nihil inveniri posset, quod majus hominibus, qui gloriæ & præmiorum ratione illam undique ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Euripides quoque elegantissime testatus fuit sub hisce verbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυσίων καθ' ἑκάστα,
Οὐδὲν κάκιστον ἐστὶν ἀθλητῶν γένος.

Gal. in sua.
ad bo. ar.

Οἱ πρῶτον οἰκεῖν εἰ δὲ μαθητῶν εἰσι,⁴
 Οὐτ' ἂν δύναιτο, πῶς γὰρ ὅστις ἐς ἀνὴρ
 Γνώθῃ τε δόλῳ, νηδύῳ ἡττημύῳ,
 Κτήσεται ἂν ὅλον εἰς ὑπεκτεροφύῳ πάττας;
 Οὐδ' αὖ πένεοθι, καὶ ὑπηρετὴν τύχας.
 Ἐν γὰρ ἀνδρες ἐκ ἐθοθέντες καλὰ,
 Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

Id est :

*Cum mala innumera per Graciam serpent,
 Nullum deterius athletarum genere est,
 Qui primum bene incolere haud discunt,
 Neque possunt etiam; quo etenim modo
 Quis quis est gula deditus, ventrique indulget,
 Divitias parabit, ut alat familiam?
 Neque item egeni esse, & fortunis inservire
 Sciunt: nam in malis diu versati
 Moribus, non facile mutantur in melius.*

^a 7. Æneidos.
^b In vita Plat.

Quibus nihil est, meo iudicio, quod magis athleticæ statum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosam artem commentariis celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellēbat, cognita ejus pravitate ad gymnasticam tandem descivit. Ne taceam Platonem, quem ^a Servius, & ^b Laërtius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad philosophiam se contulisse. Sed quia athletas præmii gratia certare, atque vitam mille necis generibus exponere consuevisse non semel dixi, id hoc in loco nequaquam præterire volo, athleticis non eadem quocumque tempore fuisse præmiorum genera proposita, verum, ut Clemens Alexandrinus 11. Pædag. cap. viii. memoria prodidit, primo fuit δόσις seu *donum*, secundo *plausus*, tertio *foliorum conjectio*, postremo *corona*. δόσις autem apud Clementem, nisi aliquid in ejus vulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea vox usurpata invenitur. nisi potius leve aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus vilius

vilius extiterit, quamquam non abnuo posse quoque legi ἀλλοδόσιν, id est, *præmiorum largitionem*, ut doctissimus Suetonii interpres proposuit. Atqui de plausu, cuius vox Græca est Clementi ἀπαρχεμὸν varias criticorum doctissimorum invenio sententias; cum aliqui eam interpretentur exercitationem, aliqui scribendum velint ἐπαρχεμὸν, quem dicunt fuisse morem athletarum colligendi munuscula à singulis spectatoribus.

CAPUT XV.

De vivendi athletarum ratione.

Quoniam de athletica pravitate quamplurima egregie simul ac eloquenter ab Hippocrate, Platone atque Galeno disputata sunt, nosque etiam illos imitati nonnulla diximus, jam athletarum eorum, qui proprie vocati sunt *palastræ*, vivendi rationem in medium proponere decrevimus, qua perspecta, facile cuivis erit judicare, quod genus hominum, quæve illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam *tota vivendi ratio in sex rebus*, quas non naturales appellare medici voluerunt, *collocata* est, videlicet *cibo & potu, somno & vigilia, quiete & motu, aëre, animi affectionibus*, atque *excrementorum evacuationibus*, quomodo in unoquoque horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, variis cibus athletas usos diversis temporibus invenio. siquidem primis illis antiquioribus vesci caricis præscriptum scribunt ^a Plinius, atque ^b Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis vero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiant: Plinius exercitorem quendam Pythagoram athletis primum carnem comedendum exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam vivendi illorum consuetudinem sustulisse, primumque Eurameni Samio carnes apposuisse, atque talem vivendi rationem in posteros emanasse tradit. utcunque sit, ante Hippocratis

^a Lib. 23. c. 7.
^b Lib. 1. col-
 lect. cap. 47.

tis ætatem athletæ carnibus vescerantur, & præsertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. §. 76. Ceterum neque uno carniū genere semper illi victitarunt, quoniam interdum caprinis vescerantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quem Clitomachus Carthaginientis, novæ academice sectator præclarus, reliquos sui temporis athletas viribus superasse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athleticis pro cibo fuisse innuit ^a Martialis in libro tertio, ubi Zoili cujusdam procacitatem, & obscœnos mores describens ait:

*Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apri glandulas palestritis.*

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnestum bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis & pane cum caseo sine fermento confecto, quod *coliphium* vocatum est, victitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie, non modo uberius nutrentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere victus cum Biantes pugil *πλούρορ* immodice uteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates. Scribit Plinius ^b Valerianus *nullum athletarum cibum absque anetho extitisse*, forsan quod crederent ab eo nutrimentum solidum produci, aut quo hujuscemodi herbarum odore alii cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis major provocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum provocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex iis, quæ scriptis mandavit Galenus secundo de digno. pulsuum, videlicet *carnis minas duas paucum cibum athleticis fuisse*, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere valeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carniū minas viginti deglutisse, & panis totidem, vini choas persicasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi ac potus capacem, nullique parem extitisse ferunt; atque hinc perspicuum fit, quam vere ^c Aristoteles i v. de gen. animalium dixit.

^a 4. de reme.
c. 27.

^c Cap. 24.

dixerit, *sæpenumero athletis membra variis formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud valet æque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas equaliter distribuere*, sicut octavo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athleticè, modo *βίαιον τροφήν*, modo *ἀναγνοφαγίαν* vocavit, ut ^a Galenus 111. de tuen. val. *ἐδωδὴν πρὸς ἀνάγκην* quasi plus, quam ferre (quanquam scio non defuisse, qui aliter eam vocem apud Aristotelem sint interpretati,) possent, edere cogerentur: qua etiam utitur Clemens Alexandrinus lib. 111. Pædagog. c. 1. Ex hoc autem loco corrigendus est Themistii locus in orat. (*quæ sit principalissima virtutum*), ubi pro *ἀναγνοφαγίας* perperam legitur *ἐναγνοφάσις* ^b Tertullianus etiam lib. 1v. de pallio meminit siccæ saginationis athletarum, quæ ut fieret ab aliquibus dubitatur, ego vero semper putavi xerophagiam illam apud Cælium & Joannem Cassianum commemoratam, qua scilicet ficus aridas, nuces, & nil coctum, nil humidum sumebant, non placentas, ut ait Arrianus in Epicteto, non frigidum potum, & de qua ^b Plautus in Mostellaria, ubi adolescens quidam ita loquitur:

*Quo neque industrius de juventute erat
Arte gymnastica, disco, hastis, pila,
Cursu, armis, equo. victitabam volupe:
Parsimonia & duritia.*

Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo servasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarum esse potest, nisi quod refert Galenus eos non æque mane ac vespere cibos validissimos accipere consuevisse, sed duntaxat in cena, non modo ratione, verum etiam experientia docti cibos in somno, quando calor magis viget intus, facilius confici, alioqui concocto difficillimos ipsis, cum ob qualitatem eorum valde calori resistentem, tum ob immensam quantitatem. quamvis secus videatur sensitisse ^c Plinius, qui scribit *athletas maluisse semper cibos ambulatione, quam somno perficere*, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod si ^d Plutarchus 1v. Sympotiacorum *easem simplicissimis cibis victitasse, omnemque varietatem prorsus effugisse* tradit, ejus sententiam ita accipere debemus, ut

voluerit athletas uno solum carnis & panis genere, quodcumque & quantumcumque fuerit, usos. quod neque nos negamus, qui supra diximus frequentissimos eorum cibo fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno & vigilia qualem moderationem ceteris vitæ eorum partibus respondentem athletæ adhibuerint, clarissime demonstravit Plato, eos ubique somnolentos appellans. In motu quoque & quiete nullam mensuram servare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet exercitium, *πλεον*, sive *κατασιβω* apud Galenum tertio de tuend. val. 11. vocatum inibant, modo nocte, modo à cibo, modo ante consuevisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hippocratis præcepta hæc de sanitate universa continere, (*labores, cibi, potiones, somni, Venus, omnia moderata*) illudque unum sibi proposuerint, immoderate semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum ^a Aristoteles intelligeret causam quærens, quare mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amœno hilarentur, athletæ vero pallidi longe evadant, dixit ideo evenire, *quia athletæ prorsus nimium laborant, nimius vero labor colorem cum sudore & spiritu extrudit, palloremque inducit, sicuti mediocri calore in summa corporis retento leviter colorem provocat, & ad corporis superficiem invitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet.* Qui igitur sine mensura semper laborabant, athletas minime mirum est ^b Galenum dixisse quinque annis ad summum *ισοθενε*s perdurasse. Jam quoque aëris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec ventorum, aut aliorum boni aëris condicionum ullam rationem haberent. quamvis, dum se ad futura certamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aëre factitarent, sicuti manifestum est è xystris, quas ideo fabricatas in gymnasiis scribit ^c Vitruvius, quo athletæ in hyeme ad vitandas aëris injurias inibi in salubriori aëre commodius exerceri valerent, quo tempore multas plagas, ut tradit ^d Basilius Magnus, perferabant, ex pædotribis, nec non victum haud jucundum, sed à magistris exercitationum præscriptum sequebantur. Ita etiam apud ^e Strabonem legimus, *veteres consuevisse athletas*

^a 38. parti.
probl. 5.

^b In libr. de
morborum
temporibus.

^c Lib. 5. cap.
11.

^d Homil. 34.

^e Geograph.
lib. 5.

Raven-

Ravennam mittere, ut ibi in salubriori aëre commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas vehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam levi ex causa certatores omnes excandescant, quantopere victi tristentur, quantum victores exultent, & denique quo semper animo vivant illi, qui tum immodice saturi, tum jejuni, quales athletæ, excruciantur. lib. 11. de ira cap. XIV. Seneca *Pyrrhum maximum certaminis gymnici præceptorem solitum ait, iis, quos exercebat, præcipere, ne irascerentur, quod ira perturbet artem,* id quod etiam apud Cassianum capit. VII. libr. VI. legitur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sextum & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam Venus inter necessarias sanitati inanitiones à medicis reponitur, quo modo sese gererent in illa, videamus. Dum enim & Hippocrates & Galenus venerem moderatam esse debere præceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re medica, vel mediocriter eruditis judicantur. unde magnopere in hac athletæ peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimenti & sanguinis copiam magis necesse haberent, de his namque Galenus VI. de loc. affe. cap. V. loquebatur, quando multos calidæ & humidæ naturæ *ὑπὸ ἀσκήσεως*, id est ob exercitationem (non præ pudore, aut sobrietate, ut interpretes plerique transferunt) à veneris usu abstinentes torpidos atque pigros effectos sese vidisse scripsit. Quod porro à venere prorsus athletæ abstinerint, præter ^a Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iccum, Tarentinum tales extitisse memoriæ prodidit. ^b Galenus quoque testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia LII. scripsit, *padotribas considerantes ex veneris voluptatibus corpus imbecillius, & ad necessariorum operationes pigrum atque debile reddi, temperantia legem promulgasse, quæ adolescentum corpora à voluptatibus tuta conservaret, & decertantibus ipsis ne aspicere quidem venustas formas permetteret.* Id etiam significavit ^c Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit:

^a 8. de legib.^b 6. de locis affe. in fine.^c Lib. 11. in Blataram.

*Cur Lacedæmonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida virgine ? ne futuat.*

^a Lib. de art
Poet.

Et ^aHoratius :

*Qui studet optatam cursu contingere metam,
Multa tulit, fecitque puer, sudavit, & alsit :
Abstinit venere, & vino ; —*

^b Lib. 34. cap.
18.
^c 6. de tu. va.
^e ult.

^d Lib. ad mar-
tyres.

^e Lib. 28. c. 6.

ubi pro puero accipiendum esse adolescentem cum Pausania non dubito, alioquin pueri ante decimumquartum annum non hoc egent, cum ad venerem nondum stimulentur, & constet cos postmodum solitos appellari viros; nam ut plerique alii scriptores testantur, & Plutarchus VI. Sympo. III. docet pueros introduci consuevisse ad luctandum, eosdem quoque consuevisse in palæstris exerceri, & præsertim Plato VII. de legibus, qui tria genera fecit palæstritarum, *pueros, imberbes, & viros*. Non modo enim se athletæ ad inhibendam venerem frigida lavabant, verum etiam laminas plumbeas renum & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt ^bPlinius, ^cGalenus, & Johannes Cassianus libro VI. cap. VII. quam rem etiam intelligere voluisse D. Paulum arbitror, dum dixit, *Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos vero ut immortalem accipiamus*. Quam sententiam fusius enarrans ^dTertullianus hæc dicebat: *Nempe enim & athletæ segregantur ad strictiorem disciplinam, ut robori edificando vacent, continentur à luxuria, à cibis latioribus, à potu jucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur; & D. Chrysostomus I. ad Corint. c. IX. atque Ælianus: Idem & Clemens Alexandrinus lib. III. Stromatum, & Simplicius in commentario supra Epictetum intellexit, qui studio coronæ athletas à venere abstinere scripsit, & Cæsar VI. de bello Gallico scribit Sueviis ante vigesimum annum fuisse prohibitum veneris usum, ut corpora velociora & proceriora evaderent. & quamvis alibi ^ePlinius athletas interdum coitu uti solitos sentire videatur, ubi eos torpentes restitui, venerisque vocem, cum è candida declinat in fuscam, revocari dicit, id tamen intelligendum est,*

est, ut Eustathius, nimirum toto certaminum tempore congressum venereum athletas evitasse, reliquo tempore usos moderate fuisse. Hoc itaque fuit athletarum vivendi institutum, quod quantum sanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem fileam, *affectum athleticum haud secundum naturam esse* dicentem, argumento esse possunt, quæ ipsis quotidie evenire solita recenset ^a Galenus, videlicet *repentinæ obmutationes, sensus & motus amissiones, suffocationes, vasorum ruptiones*. ut non sine maxima ratione D. ^b Hieronymus *athletas nequaquam diu vivere* potuisse scripserit, Hippocratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum, qua ratione ductus Cornelius ^c Celsus medicus alioqui & eruditissimus, & eloquentissimus in laterum inveterato dolore *victu atletico utendum* consulat: nisi pro valido & firmandis viribus accommodato ciborum genere, ut Budæus, interpretemur. Sed de atletarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere non pertinet, hæc sufficient, si unum addidero, quod ^d Clemens Alexandrinus quasi ludens memoriæ mandavit, *athletas hanc unam honestatis imaginem habuisse, ut nunquam in publicum ad certandum sine subligaculis prodirent*, quem morem ab Hercule primum inventum, sicut à Palæstra Mercurii filia pudendos locos obtegendi consuetudinem inter mulieres, quæ cursu & aliis exercebantur, introductam esse memoriæ mandatum est. Quamquam ^e Dionysius Halicarnassæus scribat ex Homero colligi, *apud præcos illos turpe habitum esse nudos certare, primam autem omnium Olympiade quintadecima Neanthum Lacedæmonium Olympiaco stadio decurrentem totum corpus denudasse, pudendis tantum subligaribus campestribus obtectis*.

^a In suaf. ad bo. ar. & in Lib. ad Thraf.
^b Lib. 2. ad ver. Iovin.

^c Lib. 4. cap. 6. in fine.

^d 3 lib. pædagogi. cap. 5.

^e lib. 7. antiq. Roman.

H I E R O N Y M I
M E R C V R I A L I S
D E
A R T E G Y M N A S T I C A
L I B E R S E C V N D V S.

C A P V T I.

Quid sit exercitatio, & quomodo differat à labore & motu. *

Postquam de gymnastica, quid sit, ejus originem, nec non veræ, & non veræ differentiam satis explicavimus, consequens est, ut, ceteris non prorsus omissis, illam præcipue oratione nostra prosequamur, quæ ad medicinam facit, & de qua tractationem habere polliciti sumus. Quoniam vero, dum gymnasticæ definitionem in medio proponeremus, eam esse *artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumque varietates opere ipso gratia sanitatis edocentem* indicavimus: recta doctrinæ ratio postulare videtur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species dividatur, atque illarum unaquæque singulatim explanetur. hoc etenim factò, *cum ars* (dicebat ^a Aristoteles,) *sit recta operandi oratio*, videbimus, quæ sit in obeundis exercitationibus hæc recta ratio, quomodo illarum unaquæque, vel ad parandum bonum habitum, vel sanitatem defendendam conferat. Exercitationem itaque definivit Galenus, secundo de tuen. val. & ipsum secutus Aëtius, *esse motum vehementem, anhelitum alterantem*; ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, sive exercitationem, motum, atque laborem inter se differre demonstrat: propterea quod motus est res quædam magis communis,

^a 6. Ethic.

munis, atque pluribus conveniens, quam exercitatio, cum sæpe multi moveantur, neque exerceri dicantur, exercitatio vero non sit, nisi vehemens motus: similiter labor licet sit vehemens motus, tamen non omnis labor proprie vocatur exercitatio, siquidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiam aliquando communi quadam appellatione labor, exercitatio vocatur: quemadmodum ^a Galenus ab ^b Hippocrate vocatum esse censet, quando is dixit, *labores cibum precedant, & ubi fames, laborandum non est*, ibi enim vocem hanc ^{γυνάσιον}, quæ & dolorem & laborem, sive damnum, ut ^c Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione duntaxat accipi debere judicat ergo exercitatio nihil aliud erit ex sententia ^d Galeni, & ^e Ætii nisi motus vehemens anhelitum alterans, ^{γυνάσιον} à Græcis appellatum, quod plerumque nudi, aut saltem cum paucioribus vestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat ^{γυνάσιον} appellatum superiore libro abunde monstravimus. Sed quoniam posset aliquis etiam in gymnasiis ab altero per vim vehementer moveri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco hæc Galenica exercitationis (pace ejus dicam) definitio haudquaquam integra est. & proinde ^f Avicenna, Arabum omnium doctissimus, cum animadvertisset haud plene exercitationem à Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, videlicet quod *exercitatio est motus voluntarius, propter quem anhelitus magnus & frequens est necessarius*. Quo in loco eos quoque merito damnat, qui levem quamlibet ambulationem exercitii nomine compellant: non enim apposuit (*vehemens*) quod, ubi magnus & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum vehementem existere. sed neque hæc definitio Avicennæ mihi plene satisfacit, quoniam, etsi conveniat omnibus triplicis gymnasticæ exercitationibus, eas tamen proprie non complectitur: de quibus ad medicum tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidem omnia quatuor causarum genera haudquaquam complectitur, cum neque materialis explicetur, neque causâ cujus gratia. Accedit item illud, quod multi voluntarie vehementer & cum anhelitu aucto moventur,

^a 6. de morb. vulg. com. 4. tex. 31.
^b 2. Aph. 16.

^c In onomastico.

^d 2. de tuend. valet. cap. 2.
^e lib. 3. cap. 2.

^f Lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1.

a 6. coll. c. 2.

qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti servi cum celeritate dominorum mandata exequentes, & sicuti illi, qui vel inimicorum imperum, vel quid aliud triste effugientes, & vehementer moventur, & frequenter ac magnopere anhelant: ex quo « Avicennæ definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complectitur; sicut neque illa Averroïs, qua dixit in libro collectaneorum, *exercitationem esse membrorum motum, aliqua voluntate factum*. Ideo nos aliter definientes dicamus, quod *exercitatio*, de qua medici interest tractare; proprie est *motus corporis humani vehemens, voluntarius, cum anhelitu alterato vel sanitatis tuenda, vel habitus boni comparandi gratia factus*. ita namque definitio omnes causas comprehendit, atque soli definito convenit: verum enimvero posset aliquis merito à me sciscitari, numquid motus equitando, vel navigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo quod non libere à voluntate hominis, sed ab alio dependere videatur? cui respondeo, non minus equitantes & navigantes aliis exerceri dici debere, si non proprie, saltem communiter, dummodo gratia sanitatis, vel etiam militaris studii illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper à nobis definitam suscipiunt. quibus vero aliqua ex conditionibus necessariis deest, illi potius communiter, quam proprie exerceri dicentur, sive à seipsis, sive ab aliis moveantur, quemadmodum equitans, qui voluntarie ideo movetur, quoniam motus equi, ratione cujus ipse movetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de aliis quoque similibus à nobis semper erit intelligendum. atque hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, ejus verba in secundo de tuend. val. cap. 11. scripta indicant: ubi ait eos, *qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari*, communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum claris adhuc adstruit quinto de tuend. val. cap. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem vocat, proprie vero motum vehementem, ut etiam videtur appellasse Paullus Ægineta lib. 1. cap. xv 11. ubi exercitationem à gestationibus, ambulationibus, & vociferationibus distinguit. Præterea, quoniam dixi exercitationem à Græcis *γυμνάσιον* vocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo

quo fiebat : ambigeret fortasse aliquis num exercitationes, quæ extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse volo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum voluntarium vehementem cum anhelitu alterato, gratia sanitatis tuendæ, vel optimi habitus comparandi factum, ubicumque locorum ageretur, nihilo secius exercitationem vocari debuisse, atque debere, quam in gymnasiis actum. nam ambulationes per vias, pilæ lusus, jaculationes, & similia, quis sanæ mentis non vocet exercitationes? etiamsi ruri & in vicis efficiantur, dummodo ceteris conditionibus minime careant? qua re ita sese habente, etiam ad gymnasticam facultatem de exercitationibus omnibus sive in gymnasiis fiant, sive extra, tractationem spectare dicendum erit, eo magis, quod Galenus, alioqui verborum proprietatis observantissimus, etiam in aquis *γυμναστικός παιδίας* à pueris tempore suo exerceri solitas fuisse in IV. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

CAPUT II.

De Gymnastica medicina divisione.

TRactaturi medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus; ordini autem nunc nobis proposito valde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri; ex qua divisione sese clarum offeret iter, quo ad inveniendas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim hujusce gymnasticæ verum atque præcipuum principium à natura acceptum sit, animantia bruta fidem facere merito scripserunt & ^a Plato & ^b Galenus: siquidem illa statim ac in mundanam hanc lucem veniunt, sese movere, agitare, ac saltare conspiciuntur: veluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendum hac vita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese movere nituntur; atque ex motibus non parum voluptatis accipiunt. qui motus postmodum crescentibus annis, dum conditiones supra descriptas recipiunt, nil aliud

^a 2. de leg.
^b 2. de tu.
valetud.

plane sunt, nisi ipsissima facultatis gymnasticæ opera : ut omnino dicere cogamur ipsam, si non à natura factam, saltem secundum naturæ propensionem esse. Hujusce facultatis cum Plato duas primarias atque universales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticæ divisionem in medium proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, sed quod à nullo alio artem hanc melius divisam hucusque videre contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus : quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagoræ ejus discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, *Platonem Hippocratis imitatore[m] fuisse*, nec usquam ab illius placitis recessisse : nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem divisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse videtur. Plato igitur libro de legibus VI I. cum demonstrasset sinistras manus à natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui pueris alendis ac educandis præficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quæ sint illæ disciplinæ, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex iis esse, alteram gymnasticam scribit : gymnasticæ rursus duo membra facit, unam *τὴν πάλιν*, alteram *τὴν ὀρχησιν* appellat : atque *ὀρχήσις* alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonæ corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam navant. Quo in loco tamen Plato de gymnastica bellica duntaxat sermonem habere videatur, nihilominus eadem fere est ac medicinæ gymnastica, sine solum differens, nec prorsus sine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, valetudinemque conservare intendit, sicut medicus, sed alium finem addit, nempe ut ejus exercitationis ope ad bella gerenda aptiores homines evadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam dividi in *saltatoriam*, atque *palæstricam*, sub nomine palæstricæ intelligentes universam illam

illam exercitationum seriem, quæ vel in palæstra gymnasio-
rum, vel in loco palæstræ vicem gerente peragebantur. Cum
enim gymnastica facultas quædam existat, ut sæpius diximus,
quæ & naturam qualitatesque exercitationum noscit, & eis
utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia
præscribit. cunctæ fere exercitationes cum arte factæ, quæ nil
aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut
à saltatoria, aut à palæstrica describuntur, præfiniunturque;
id quod forsan Galenus innuere voluit, quando in secundo
libro de musculorum motu scriptum reliquit: ὀρχηστὴς ἢ παλαι-
στὴς *solos facile crura flectere*: neque enim sum nescius (ut paul-
lo ante dixi) minime hanc gymnasticæ divisionem perfectam
existere, neque ab illa singulas exercitationum species com-
prehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gy-
mnasticæ exercitationes sunt, nihilominus saltatoriæ aut palæ-
stricæ nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam veluti anti-
quam, & à gravissimo auctore traditam aliqua ex parte seque-
mur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gy-
mnasticam duplicem esse, alteram, quæ motus hominum à
seipsis factos solum, alteram, quæ motus ab aliis factos con-
templatur, atque primam tum in palæstricam, tum in salta-
toriam dividi, non modo cum Platone sentiemus, verum
etiam ipsius rei veritatem fortasse assequemur; siquidem nul-
lam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua
prædictarum specie contineri non ostendamus. Nec quid-
quam sententiæ nostræ obstabit, quod Galenus in libro qui
ιατρὸς, si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alii cre-
dunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palæstricam &
orchesticam, sub alio medicinam, cujus partem gymnasti-
cam effecerunt veteres, collocarit; quia ibi loquitur de salta-
toria, quæ erat histrionica species, ut inferius declarabimus,
& non de qua nos loquimur, similiter & de palæstrica vitiosa,
quam athleticam nos vocamus, & omnino à medicina alienam
cum Galeno statuimus; non autem de palæstrica, neque
de saltatoria à Platone, & à nobis intellectis.

CAPVT III.

De Saltatoria.

CUm itaque gymnastica tota in eam dividatur, quæ motus hominum à seipsis, & quæ ab aliis factos speculatur, atque prima adhuc in *saltatoriam* & *palæstricam* partiatur, ne confusa evadat tractatio nostra, primo saltatoriam, deinde palæstricam omnes in palæstra, vel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quæ circa motus ab aliis factos versatur, gymnasticam adnectemus, quibus tractatis universa gymnastica nota fiet. *Saltatoria* igitur, sive ὀρχήσεως tres species Homerum novisse, qui ejus libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est *cubistica*, quam Xenophon atque Suidas scribunt fuisse *artem quandam, qua homines variis modis pedes ac manus contorquentes in caput saltabant*, quomodo etiam tempestate nostra circulator nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes, varias urbes comoediis recitandis pererrant; hanc, κυβιστικὰ vocavit Lucianus, & in glossario habetur *cernulat*, quam vocem etiam usurpavit Seneca Epist. vii. etsi *cernuat* plures codices habeant. Secunda species est *spheristica*, sive pilæ ludus. nam quod ludentes pila saltarent, præter Homeri testimonium, qui sexto Odyssæ de Nausicaa hæc tradit:

Σφαίρη τε γὰρ ἔπαιζον ὑπὸ κρήδεμνα βαλίσσῃ,
τῇσι δὲ Νηυσικαίᾳ λευκώλεν' ὄρχετο Μολπῆς.

Id est:

*Ludebant pila, vittis vellisque remotis,
Atque his Nausicaa ob niveas spectabilis ulnas
Principium ludo dabat.* —

testatur quoque Athenæus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὀρχησις simpliciter dicta, nos simpliciter *saltationem* dicere possumus. Tota hæc orchestica quamvis majores nostri ut plurimum ad voluptates ac lasciviam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque

usque ad hæc tempora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquæque gymnasticæ illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres divisit, *militarem*, *paci aptam*, atque *mediam*; militaremque vocavit eorum, qui modo exilitionibus in altum, modo depreffionibus, modo inclinationibus hostilium incursum, invasiones evitationesque imitabantur; quique figuris variis jaculatores & percussores simulabant: atque hanc tanti fecit, ut voluerit in republica magistros haberi, qui mercede publica conducti viros simul ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adjumenti accessurum ad adipiscendam militarem peritiam. & nobilis author Quintilianus lib. 1. inst. cap. 11. testatur Lacedæmonios saltationem quandam tanquam ad bella utilem inter exercitationes recepisse. Quod vero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando saltationes, comprobari potest ex ^a Plinio, qui *Stephanionem togatæ saltationis primum inventorem utrisque secularibus ludis, & D. Augusti, & Claudii Cæsaris saltasse* memoriæ prodidit: quemadmodum & Plato loco nuper citato saltationem à nobis *mediam*, ab ipso ἀμφισθενεύς nuncupatam, in sacrificiis atque expiationibus fieri solitam, quam à Mantinensibus & Arcadibus coram Cyro factam refert ^b Xenophon, tradens, aperte insinuare videtur, athleticam, cuius & ludos & sacrificiorum celebritates esse jam decrevimus, saltatoriam habuisse. Galenus porro nec medicinæ gymnasticam saltationes à se respuisse tamquam sanitati & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidem in ^c secundo *ἐν ὑγιεινῶν* multos imbecilles valetudini restitutos à se luctis, pancratiis, saltationibus, atque aliis hujuscemodi exercitationibus refert. id quod ^d Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad sanitatem conferentes hanc ponit, *mediamque inter choream & umbratilem*

^a lib. 7. c. 48.

^b libro 6 de Cyri Exped.

^c cap. ultim.

^d Oribas. 6. Collect. cap. 30.

pu-

pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atque senibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum & gracile est, conducere scribit. An vero hæc ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴ, sive paci aptam nuncupavit, quamque animi in prosperitatibus, & in moderatis voluptatibus temperati existere scripsit, haud tuto affirmare audeo, sat sit nobis hætenus ostendisse nullum gymnasticæ genus hac saltatione caruisse, in quam & in palæstricam exercitationum artem à Platone divisam esse jam diximus.

CAPUT IV.

De Sphæristica.

SAltationem in cubisticam, sphæristicam, & orchesticam, sive communi nomine vocatam saltationem divisimus, quarum unaquæque jam nobis fufius declaranda foret. Sed quoniam de cubistica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omiffa illa, reliquas duas prosequemur. Atque primo sphæristica sese offert, quæ tametsi Homeri temporibus simplicior esset, attamen posterioribus seculis miram varietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasiis tam locum σφαίρηστικόν, quam præfectum σφαίρηστικὸν vocatum habere meruerit. Quis vero primus sphæristicam hanc, sive pilæ ludum invenerit, scriptores diversa sentiunt. ^a Plinius inter Latinos Pytho cuidam hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nauticaam ludi pilæ inventricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenæum facit: Hippasius Lacedæmoniis, Dicæarchus Sicyoniis inventum istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequeamus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumque de hoc ludo commentaria non habemus, quibus fortassis & tantæ varietatis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum huc usque scriptores non parum confusi fuerint, atque interdum à veritate longe recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariorem, minusque antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pila itaque ludendi genera quatuor duntaxat apud Græcos extitisse reperio, μεγάλη

^a lib. 7. c. 56.

μεγάλῳ σφαίρῳ, μικρῷ σφαίρῳ, κενῷ σφαίρῳ, ἢ κώρυκον, five *parvam pilam*, *magnam*, atque *pilam inanem*, & *corycum*, pono corycum inter pilæ genera, quod licet Galenus, Oribasius, & Paullus ab illis se creverint, instrumentum illud, ut demonstrabimus, vel pila erat, vel pilæ assimile. *Parva* lusus secundum Antyllum *tres species* diversas habuit. prima erat, *pila valde parva*, in qua qui exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes manus manibus proxime admovebant. secunda erat *pila majuscula*, qua cubitos cubitis ludendo immiscebant, nec corporibus mutuo hærebant, nec annuebant, sed variis modis movebantur, & propter varios pilæ jactus huc atque illuc digrediebantur: tertia erat *pila adhuc major secunda*, in qua homines inter se distantes ludebant, & in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilam emittebant cum vehementia & concinnitate. inter has species adnumerari debere genus illud judico, quod penes ^a Athenæum ἀγροσὶν & φενίνδα vocatur, tum quia à Galeno in libello de parvæ pilæ ludo simul cum aliis id quoque explicatum habetur, tum quia ^b Clemens Alexandrinus, scriptor gravissimus, uti demonstraret ludum parvæ pilæ, & præsertim φενίνδα, exercitationem esse viris valde accommodatam, eam parvæ pilæ speciem fuisse hac oratione clarum facit: Οἶδα ἢ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παίζοντων τιῶν φενίνδα παιδιὰν ἐν ἡλίῳ μάλιστα. Id est: *Alii autem parva quoque pila ludunt eo ludo quem dicunt Phenninden, maxime in sole.* quod & à Polluce confirmatum invenitur, ubi etiam harpastum vocatum innuit. hujus etenim inventorem extitisse Phanæstrium pædotribam, scripsit Jubas Maurusius, cujus item descriptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαίραν λαβὼν, τῷ μὲν διδὼς ἔχαιρε ἢ δ' ἐφ' ὧ γ' ἄμα, πὸν δ' ἐξέκρυσσε, ἢ δ' ἀνέστησε πάλιν κλαγκυῖσι φωναίς. Vocavit autem Antiphanes ludum istum φενίνδα, ὁπὸ τῆς ἀφέσεως τῆς σφαιροζόντων, quasi sic ludentes sibi ipsis pilam mutuo mandarent: nisi ἐφετίνδα legatur, ut nonnullis placuit ex Eustathio corrigendum, vel sic vocata est à Phennido primo inventore, aut ὁπὸ τῆς φενανκίζειν, id est, à *decipiendo*, quoniam alio simulant es in aliam partem mittunt, decipientes credulum, sicuti memoriæ prodidit Pollux, apud quem legitur, *episcyrum* lusum fieri solitum, ubi paribus

^a Deipnos.
lib. 1. cap. 11.

^b 3. pædag.
cap. 10.

ad pares in duas turmas dispositis, media linea educebatur, quam scyrum vocabant, cuique pilam impositam quisque contendebat, ut intra alias duas lineas post utrorumque ordinem descriptas adversariorum, metas scilicet, inmitteret, nimirum quibus contactis à pila victoria haberetur. nam lufores dum pilam capiebant, atque alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis vocibus elevabant, sive evertebant, verisimile fit spectatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operam dabant. unde « Demoxeni concinnitatem lætitiāque ex tali ludo partam apud eundem explicaturus hæc prodidit :

« Athenæus
7. Deipno-
sophistarum
cap. 11.

Νεανίας πὺς ἐσφαίρειζεν ὡν ἐτῶν
Ἰσως ἐπὶ ἀκαίδεκα,
Κῶ. θεὸς γὰρ φαίνεται ἢ νῆσ. φέρειν.
Ὅς ἐπεὶ ποτ' ἐμβλέψειε πῶς καθημένοις,
Ἡ λαμβάνων τὴν σφαῖραν ἢ διδῶς, ἅμα,
Πάντες ἐβῶμεν, (ἢ δ' ἄρρυθμία,
Τὸ, τ' ἡδ. ἢ περὶ τῆς ὁσῆς,
Ἐν τῷ ἢ λέγειν ἢ περὶ τῆς ἐφαίνετο)
(Πέρας ἐπὶ) καὶ πῶς ἄνδρες· ἔτ' ἀκήκω
Ἐμπροσθεν, ἔθ' ἐώρεκα τοιαύτην χάριν.
Κακὸν αὖ τί με ἔλαβεν, εἰ πλείω χερόν
Ἐμείνα, καὶ νῦν δ' ἐκ ὑγλαίνειν μοι δοκῶ.

Id est :

————— Iuvenis quidam
Ludebat pila annorum forte septemdecim,
Cous : videtur ferre deos hæc insula :
Qui quoties assidentes non conspiceretur,
Pilam vel sumens, vel dans, continuo
Acclamabamus omnes : tanta erat concinnitas,
Tantus ingenij lepos, tam venustus gestus.
Sive quid loqueretur, sive quid etiam faceret.
Tam absolutam pulchritudinem ego antea
Non videram : tantum gratiæ non audiveram.
Mali quidpiam certe amplius evenisset, diutius
Illic si substitissem, mentis ne nunc quidem sat compos
Ut arbitror sum. ———

Et

Ex quibus Demoxeni verbis pilæ lufores compite & concinniter ludere solitos perfpicuum efficitur. Hæ itaque sunt pilæ parvæ species, de quibus à Græcis mentionem habitam scio, & in quibus Epigenes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exuebantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilæ parvæ ludorum genera proponit, *Aporraxim*, & *Vraniam*, in quo scilicet sese reclinantes pilam in cælum projiciebant, & antequam terram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoque ludendi modos non solum ex ipsius pilæ magnitudine, verum etiam ex manuum figura à superioribus diversos effecisse, ^a Oribasius ex Antyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius majore, hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris prædictis lufores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac semper capite altiores tenerent, quandoque etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoque saltabant, cum scilicet pila super eos ferebatur, in qua projicienda vehementer brachia agitabant. Inanis porro, sive vacua, quod tertium pilæ genus fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen conjectura ex Antylli verbis assequi licet, credo hanc pilam, quemadmodum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab aliis differentem, quod illæ vel pluma, vel alia materia; hæc solo vento, sive aëre plena foret, atque tantæ magnitudinis, ut ipsa difficulter luderetur. Corycus vero quis esset, quomodo ve ludus ille perageretur, cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, ejus orationem huc traducere statui, quæ ita in Vaticano codice se habet.

^a Lib. coll. & med. cap. 32.

Κόρυκ Θ' ὅπ' μὴ τ' ἀσθενέστερων ἐμπύπλων κεχρησμένων, ἢ ἀλδύρων, ὅπ' δ' ἰσχυροτέρων, ψάμμου· τὸ δὲ μέγεθος αὐτῆς πρὸς τὴν διώκωσιν, καὶ ἡλικίαν συναρμολογεῖται, κρεμάννεται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἀνωθεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τ' ἥς ποσῶτον, ὥστε τ' πυθμένα καὶ τ' ὀμφαλὸν εἶναι τῶν γυμναζομένων, τῶν δὲ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέρους αἰωρεῖται, πλὴν μὴ πρῶτον ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ἀποχωρεῖται αὐτῇ, καὶ πάλιν πρὸς τὸν ὑπερκεν ἐξωθεύμενος ὑπὸ τ' βίαι· τὸ δὲ πελδύταιον ἀφίσσιν αὐτὸν ἐξω τ' χειρῶν ἀπώσονται, ὥστε ὑποτέψαντα σφοδρότερον ἐμπύπλιν σώματι ἐν τ' περιελδύσας· τὰ δὲ ὑπε-

a lib. 6. coll.

τὰ δὲ πλεῖστον οἰκίσματα αὐτὸν ὑποπέμπουσιν, ὥστε ἐν τῷ περὶ τοῦ
 σφόδρα περὶ τοῦ, ὑποπέμπουσιν. ποτὲ μὲν ἐν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ
 περὶ τὸν, ποτὲ δὲ τῷ σφόδρα ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν, ὥστε ὑποπέμπουσιν
 καὶ μετὰ φρενὸν. Id est, *Corycus in corporibus imbecillioribus grano
 ficulneo, aut farina, in robustioribus arena impletur: ejus vero ma-
 gnitudo ad vires corporis, & ad etatem accommodatur, suspenditur
 autem in gymnasiis superne è culmine, tantumque à terra distat, ut
 fundum ad ejus qui exercetur umbilicum pertineat, hunc utrisque
 manibus tenentes qui exercentur, primum quidem quiete, postea vero
 vehementius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & ite-
 rum redeunti cedant violentia compulsi, postremo vero eum è mani-
 bus rejicientes emittunt, ut cum revertitur, vehementius corpori
 adventu suo occurrat, ad extremum vero in sedem suam sapissime
 restituendo dimittunt, ut ex congressu si non valde advertant, re-
 trocedat, ex quo fit, ut quandoque manibus occurrant, dum propin-
 quat, quandoque vero pectore manibus passis, quandoque vero iis ad
 terga revolutis. Haecenus Antyllus, qui tametsi figuram Coryci,
 utpote omnibus tunc temporis notam, non exprimat, conje-
 ctura tamen assequi possumus, & ipsum sphaericum, aut saltem
 rotundum ex materia coriacea extitisse, alioqui si angulare fuisset
 in occursum, & manus & pectus non sine læsione percussisset.
 Hæc autem si vidisset Fuchsius, fane intellexisset, Valeriolam
 non sine ratione adversus ipsum contendisse, follem & cory-
 cum paullo minus, quam cælum & terram distasse. Neque etiam
 satis mirari soleo antiquissimum scriptorem Cælium Aurelia-
 num, qui libro v. tard. pass. cap. ult. dicit variam volutionem
 in palæstra esse vocatam à Græcis *celadian*, atque *coricomachian*,
 nisi sit in codice depravatissimo error, ut puto. De hoc
 intelligendum est adagium illud, *περὶ κόρυκος γυμναζεσθαι*. quo
 genere certaminis Apuleio in Thessalia certatum est. De hac
 quoque exercitatione verba fecit Hippocrates, sive Polybus,
 ubi *κορυκομαχίαν*, falso à Cornario *follem* interpretatam, ad
 attenuandum corpus probavit: quemadmodum & eandem intel-
 lexit Aretæus, ubi pro elephantorum exercitationibus
κορυκοβολίας probavit, quas bonus ille interpretes, nescio quo spi-
 ritu, *peræ*, aut *sacculi jactus*, inepte satis transtulit. Eandem quo-
 que intellexisse Cælium Aurelium existimo, cum ad polyfar-
 ciam*

ciam diminuendam corycomachiam (sic enim legendum est) commendavit, iisdem prope remediis usus, quæ ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde argumentatus sum auctorem sicuti cetera, ita & corycomachiam ab Hippocrate mutuatum esse. quamvis textus iudicio meo depravatus sit. Locum ubi ludebatur, *coryceum* apud Vitruvium appellari, censuerunt aliqui : quorum sententiam postquam in superioribus refutavimus, nil aliud dicendum est. Atque hæc de *quatuor pile ludi Græcorum* generibus, videlicet *pila parva*, *pila magna*, *pila inani*, & *coryco* : quæ omnia diversa inter se extitisse, non modo ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, verum etiam ex Galeni verbis in secundo de tuenda valetudine scriptis : ubi inter ceteras gymnasiorum exercitationes corycum, pilam parvam, & pilam magnam, separatim recenset, sicut & Paulus Ægineta ipsum imitatus. quod profecto non fecissent, nisi quædam inter se diversa extitissent pilarum genera, & diversæ etiam cum iis factæ exercitationes. Quæ numquid omnes in Græcorum gymnasiis exercerentur, parum scire refert, sat sit intelligere, medicam gymnasticam atque bellicam, & præsertim pueris edocendis incumbentem pilarum exercitationes usurpassè, neque ad valetudinem ac agilitatem comparandam augendamve eas ceteris inferiores existimasse. atque ad hoc id maxime facit quod Eustathius scripsit ad x. Odyss. Herophilo medico positam fuisse statuam, ac prope eam inter alia gymnasticæ instrumenta etiam pilam. Admirari autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasque exercitationes ludos vocamus, ut nuperrime de pile dictum est à nobis : quoniam & veterum & recentiorum tam Græcorum, quam Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes *παιδιὰς*, & ludos vocarent, aut quod à pueris qui *παῖδες* Græce dicuntur, ut plurimum fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed joco agere videantur, sive gratia sanitatis, sive alterius rei id efficiant. ludi vero, quos athleticæ esse nos dicimus, ita proprie vocabantur, quoniam solatii, & voluptatis solius gratia in otiiis festivis agebantur.

CAPVT V.

De Pila ludo secundum Latinos.

Postquam pila ludendi Græcis usitata genera satis explanauimus, superest & ea quæ à Latinis & in usu habita, & scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus ambo convenerint, & in quibus diversi fuerint, perspicuum futurum spero. *Quatuor* igitur fuisse *pila genera* etiam apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, *follem*, *trigonalem*, *paganicam*, & *harpastum*, quæ omnia sub nomine Italicæ sphaeræ à Cælio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. *Follis* erat *pila magna ex aluta confecta, soloque vento repleta*, quæ si maior erat, brachiis impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur, ut apud Nonium ex Varrone, *purgatum scito, quoniam videbis Romæ in foro ante januas pueros pilam expulsim ludere*; & apud Propertium lib. 111. Elegia 111.

Cum pila veloces fallit per brachia jactus,

interdum quoque pila velox, ut apud Horatium Serm. lib. 11. Satyr. 111:

—— *Seu pila velox*
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit. ——

Hujusmodi etenim pilæ exercitationem licet videre in Gordiani tertii Imperatoris Romani nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque ludorum propriam pilam habuisse, atque cum ludum in sacrificiis Pythiis apud Apolloniatas adhibitum esse, ut tum ex voce *ITTΘIA*, tum ex palma, atque sacrificatoriis vasis colligere non est difficile.

Si vero minor erat, pugnis ejiciebatur, atque *pugillaris follis*, ut apud ^a Plautum in Rud. *extemplo hercle ego te follem pugilatorium faciam*; vocabatur. Interdum quoque hanc eandem pilam *folliculum* appellatam credo, sicuti à Suetonio in vita Augusti,

^a Adu. 3.
 scena 4.



Augusti, quem hoc pilæ ludo valde delectatum narrat. Quo-
modo vero ^a Martialis lib. iv. dixerit.

^a De Endro-
mide.

Plumea, seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio vento repleto pila hæc consueretur, & non plu-
ma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid
alii respondeant, opinor ego ob levitatem follis pondera plu-
mea dixisse. cujus levitatis gratia neque pueri, neque senes,
alioqui imbecilles, inter ludendum vel nimium quid defatiga-
bantur, & propterea idem ^b Martialis alibi scriptum reliquit.

^b Lib. 14.
Epigr. 45.

Ite procul juvenes, mitis mihi convenit atas.

Folle decet pueros ludere, folle senes,

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri valerent,
non modo levis pila efficiebatur, verum etiam dicatus lufui
locus nullis lapidibus aut lateribus sternebatur, ne laberentur
pedibus ludentes, & si forte lapsi essent, ex casu damnum
non paterentur; & propterea, cum solum minime pavimenta-
tum foret, ex continuo terræ attritu pulvis excitabatur: quan-
quam etiam fieri potest, ut pavimento luderent, sed pulvere
humili & exiguo illud adspargeretur, ita ut pilam resilire non
impediretur, atque ludentium pedes magis firmarentur. Nam
in pulverulento solo fieri hanc exercitationem consuevisse, in-
nuit ^c Martialis lib. xi. ubi Menogenem quendam ex ther-
mis ob delectationem exire nescientem in hunc modum
carpit.

^c Epigr. 22.

Effugere è thermis, & circa balnea non est

Menogenen, omni tu licet arte velis,

Captabit tepidum dextra lævaque trigonem,

Imputet exceptas ut tibi sæpe pilas,

Colliget, & referet lapsum de pulvere follem,

Et si jam lotus, jam soleatus erit,

Numquid autem ludus iste fuerit unus ex iis, quos superius
secundum Græcos auctores enarravimus, variæ sententiæ fue-
runt. Alii enim crediderunt pilam magnam Græcorum, &
follem Latinorum idem fuisse, inter quos fuit Thomas Lina-
cer,

cer, qui cum in I. de tuend. val. corycum follem traduxisset, in sexto postmodum libro magnam pilam iterum follem trans-
tulit, quasi corycus & pila magna non differret apud ⁴ Gale-
num, qui expresse & pilam parvam, & magnam, & corycum
distinxit. Alii maluerunt corycum Græcorum, follem Latino-
rum fuisse: atque hanc opinionem major pars recentiorum scri-
ptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasium
caput Coryci, de folle pugillatorio inscribendum judicarunt.
sed hi omnes magnopere hallucinantur: & primo, qui credi-
derunt follem & magnam pilam idem fuisse, duabus rationi-
bus redarguuntur, quarum altera est, quod ludentes magna
pila semper summas manus capite altiores tenebant, quando-
que etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores
tenerent: altera est, quod Oribasius ludum pilæ magnæ non
modo ægrotis, sed etiam convalescentibus, atque bene va-
lentibus inutilem judicavit, quorum neutrum habuisse fol-
lem, facile est ex superioribus judicare. Qui vero follem co-
rycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse
deprehenduntur. Primo, quoniam corycus è culmine gy-
mnasiorum suspendebatur, follis libere emittebatur. Secundo,
corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur,
follis solo vento. Tertio follis in pulvere exercebatur, corycus
vero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem superius à
nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderunt. quibus ego
libenter assentirem, nisi Martialis dixisset, follem mitiori
ætati convenire, & Antyllus pilæ inanis exercitationem non
admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam esse
censuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cum follis,
neque inanis pila Græcorum, neque magna eorundem, ne-
que corycus fuerit, eum illos ignorasse. nemo enim est qui
parvam pilam follem reputaverit. Porro trigonalis pila, qua
ludebatur, parva erat, ita nuncupata vel à loco, ut volue-
runt nonnulli, ubi ea exercebantur, qui locus triangularis
erat; vel potius à ludentium (quod magis credibile est) nu-
mero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilam simplici no-
mine appellatam invenio, ut apud Martialem lib. VII. ad
Atticum.

⁴ 2. de tuend.
valetud.

*Non pila, non follis, non te paganica thermis
 Preparat, aut nudi stipitis ictus hebes:
 Vara nec injecto ceromate brachia tendis,
 Non harpasta vagus pulverulenta rapis.*

Si enim sola quatuor pilæ genera facimus, necessario cum ceteræ nominentur, trigonalis sub pila simplici complectetur: de hac similiter locutum credo Celsum, quando dixit, *ab albo citata vexatis pilam, & reliqua superiores partes exercentia convenire*, quoniam in huiusmodi ludo partes inferiores fere semper firmæ manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo vero perageretur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis verbis, in quibus demonstrat, lutores ita triangulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam vicissim expellere, & excipere valerent, ne unquam caderet. in quo summam ludentium laudem fuisse verisimile fit, sicut in lib. VII. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem sinistrae manus in jacienda excipiendaque pila.

*Sic palmam tibi de trigone nudo
 Vincta det favor arbiter corona,
 Nec laudet Polybi magis sinistras:*

& lib. XII.

Captabit tepidum dextra, levaque trigonem,

& lib. XIV,

*Si me mobilibus scis expulsare sinistris,
 Sum tua, si nescis, rustice, redde pilam.*

Ex his mehercle patet consuevisse trigone ludentes à se invicem modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parva supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium parvæ pilæ lusum descripsit. Cur vero Martialis *tepidum trigona* dixerit tum loco supra citato, tum lib. IV. epigr. XIX.

Seu lentum ceromateris, tepidumve trigona:

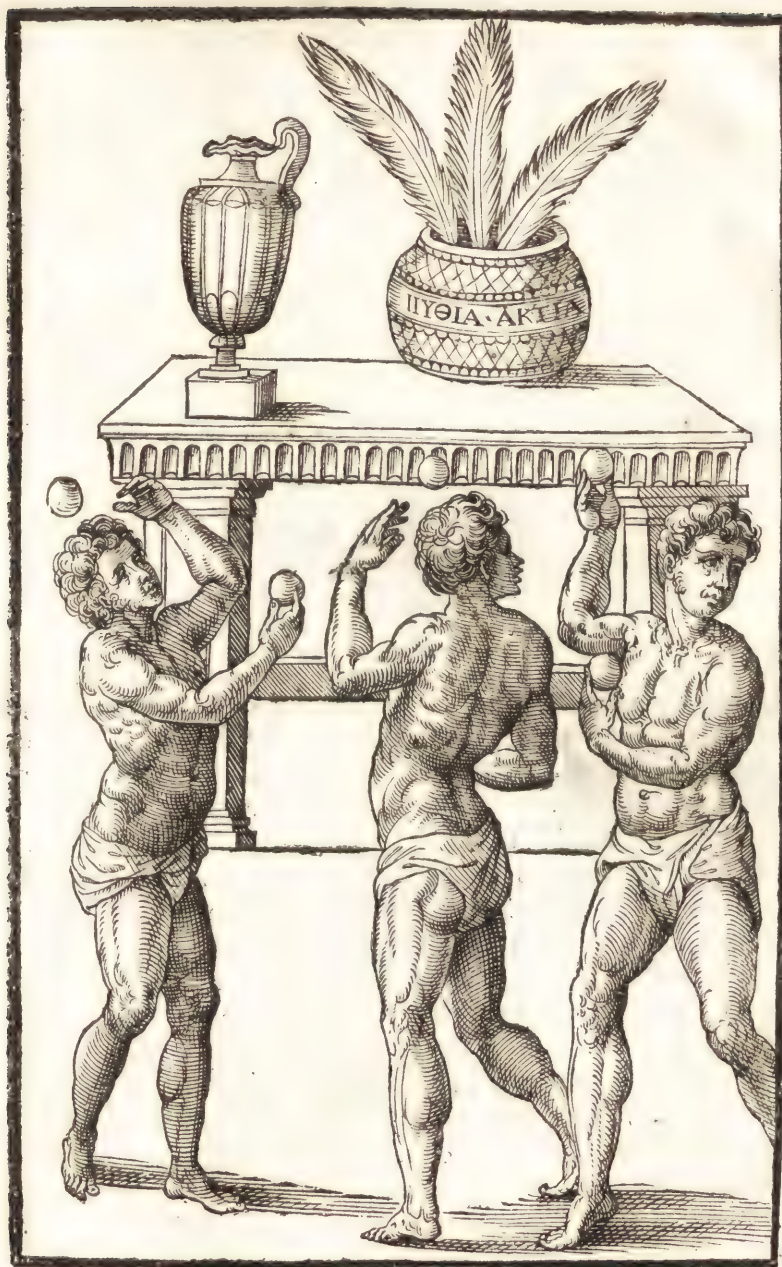
haud

haud satis mihi constat. attamen, siquid divinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, vel quod homines ludendo, ob vehementem utriusque manus laborem, & assiduo motus pilæ tenore magis incalescerent: vel quod locus, ubi ludebatur, tepidario in gymnasiis vicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilæ teporem quendam perciperent. ita vero fuisse, verisimile videri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstraverimus, post pilæ ludum statim consuevisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilæ in manibus ipsa tepida evadebat, eo modo, quo Propertius lib. 1. in elegia januæ conquerentis, dixit *tepidum limen*, quod ex continuo supra ipsum statu tepesceret.

*Ianua vel domina penitus crudelior ipsa,
Quid mihi tam duris clausa taces foribus?
Cur nunquam referat a meos admittis amores
Nescia furtivas reddere mōtā preces?
Nullane finis erit nostro concessa dolori?
Turpis & in tepido limine somnus erit?*

Exemplum trigonalis pilæ mihi videtur illud, quod in nummis M. Aurelii Antonini apud Byzantios excussis in modum quo hic exprimi curavimus, apparet. Quem item ludum in sacrificiis Apollinis Pythii Aëtiaci adhiberi solitum, memoriæ proditum est. de hac pila quæ dicit Seneca 11. de Benef. cap. xxxi 1. esse intelligenda putant aliqui. Eundem prope aut similem paganicæ pilæ lusum describi existimo à ^a Petronio Arbitro in satyricis, ubi hunc in modum scribit. *Videmus senem calvum tunica vestitum russea, inter pueros capillatos ludentem pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat operæ pretium, ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, qui sôleatus pila sparsiva exercebatur, nec eam amplius repetebat, quæ terram contigerat, sed follem plenum habebat servus, sufficiebatque ludentibus. Notavimus etiam res novas. Nam duo spadones in diversa parte circuli stabant, quorum alter matellam tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quæ inter manus lusu expellente vibrabant; sed eas, quæ in terram decidebant.*

^a In cena Trimalchionis.



Succedit *paganica pila*, sic appellata, quod esset vulgaris admodum, & in villis, *pagis* vocatis; vel in pagis urbis ut plurimum in usu haberetur. Nam Dionysius Antiquitatum libro II. & IV. refert, *Romam in quatuor tribus olim partitam fuisse, quæ & pagi, sicut earum habitatores pagani, nominabantur.* sive igitur ab istis pagis, sive à villis *paganica pila* denominata sit, parum referre credo, sat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiore, non ita tamen ut est folliis, laxam, sed duriorē; siquidem folliis, qui vento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilior, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobatur, tamen *paganica pila* quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum venustissime *Martialis* hoc disticho ostendit libro XIV.

^a Epigr. 413.

*Hæc quæ difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.*

Sub nomine enim simplici pilæ intelligi aliquando follem, aliquando trigonalem, paullo ante significavimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasiis *paganicæ pilæ* exercitationem in usu extitisse, ut idem *Martialis* lib. VII.

^b Ad Atticum.

*Non pila, non folliis, non te paganica thermis
Præparat, aut nudi stipitis ictus hebes.*

Nam cum sapius à nobis indicatum sit, consuevisse fere omnes, qui sese in gymnasiis *pila* exercebant, prius *pila* ludere, & deinceps statim balnea ingredi, *Martialis* illis versibus demonstrat, inter ceteros pilæ ludos in gymnasiis se exercentium ad balnea præparatorios *paganicam* quoque adnumeratam esse. Ultimum & quartum Latinorum pilæ genus *harpastum* fecimus, quod ob nominis similitudinem idem prorsus videtur quod ἀρπαστὸν Græcorum: erat enim *pila*, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius vero magnitudinis, & ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod *Athenæus* his verbis manifestum facit, *harpastum* ro-

tundum fuisse. τὸ δὲ καλέμενον ἡρὰ τὸ σφαίρης ἀρπασόν, φενίνδα ἰκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι : Id est, *Lusus autem pilæ harpastum nuncupatum pheninda vocabatur, quem ego maxime omnium diligo.* Sicut etiam verisimile fit ex corio sicut ceteras pilas constasse. quæ omnia, propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum ejus magnitudinem omnino explicasse Galenus videtur, qui dum in libro de ludo parvæ pilæ harpastum appositissime describit, illud parvam pilam, & non mediam inter parvam & magnam, quemadmodum voluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie à calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamen ab harpasto antiquorum differre videtur, quod illud parvum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, major est. Nam & antiquiores in pulverulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis libro IV.

Sive harpasta manu pulverulenta rapis.

& lib. VII.

Non harpasta vagus pulverulenta rapis.

& lib. XIV.

*Hæc rapit Antai velox in pulvere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit.*

Quæ omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque validioribus hominibus convenisse. quod etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere valerent, præter ^a Ovidii testimonium de ludis virorum ita scribentis,

^a 3. de arte
amandi.

*Hos ignava jocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt uberiore viri.*

*Sunt illis celeresque pilæ, jaculumque trochique,
Armaque, & in gyros ire coactus equus:*

ejusdem poëtæ versus comprobant, ubi Philænim quandam tribadem exprobrans, quod omnibus fere virorum muniis fungeretur, quasi rem mulieribus præ aliis maxime insuetam ageret, post multa ^b dixit,

^b Martial. lib.
7 vers. 67.

Harpasto quoque subligata ludit.

Idco

Ideo mirari soleo, cur ^a Cælius Aurelianus in curanda puerorum epilepsia velit nutrices sphaerae ludo, vel aliqua saltatione exerceri, nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros & senes usurpasset, supra docui. ^b Avicenna cuiusdam pilae lignae mentionem facit, de qua posterius verba faciam, cum ad praesentem de sphaeristica, altera saltatoriae parte, tractationem minime pertineat, de qua haec satis.

^a Lib. 1. ser.
3. tr. c. 2.
cap. 2.

^b Lib. 1. Fen.
3. de c. 2. c. 2.

CAPUT VI.

De Orchestica, sive tertia saltatoriae parte.

TRes saltatoriae partes, cubisticam, sphaeristicam, & quae nomine generis vocatur simpliciter, saltationem, in superioribus effecimus: quarum duabus jam declaratis tertia modo, quam *scrupulosissimam* vocavit ^c Columella, subnectenda venit, de qua haec à nobis declarabuntur, primo *quid fuerit*, secundo *quot species habuerit*, tertio *cur ea uterentur maiores nostri*, quarto & ultimo *in quo loco, & à quibus exerceretur*. Aristoteles itaque in principio suae poëtices, cum dixisset omnia poëseos genera in hoc convenire, quod imitationes sint, imitationes dividit, quarum alias tradens diversis generibus imitari ut vel harmonia, vel rythmo, vel nudo sermone, alias diversas res, ut vel meliores, vel similes, vel deteriores; alias diverso modo, ut vel agentes, vel introducentes, vel narrantes, atque aut alienam personam indutos, aut non mutatos; de saltatione haec concludit: Αὐτῶν ὅ τῳ ῥυθμῷ μιμῶνται χρεὶς ἀρμονίας, οἱ δὲ ὀρχηστῶν, καὶ ὃ ἐπὶ δὲ τῇ ἡμετέρῳ μιμῶνται, καὶ πάθος, καὶ ἡδὴ, καὶ πᾶσις. Id est: *Numero vero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim numerosa gesticulationis varietate, mores, passionem, & actiones imitantur*. Ex qua oratione apparet, ὀρχησιν, sive saltationem, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero & ratione factis, imitandi hominum mores, affectus, & actiones. qui enim in VII. ^d civilium dixerat, nihil esse in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam numerus & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis actionibus numero

^c In procemio
lib. de reru-
stica.

^d Cap. 4.

mero uti. Quomodo hæc per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expressit a Plutarchus, qui in 1x. Convivialium saltationem tres partes habuisse scripsit, *lationem*, *figuram*, & *indicationem*; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis, atque intervallis: *lationem* dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicujus, vel actionis, vel potentiae repræsentativam: *figuram* vero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio sive *latio* terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, vel Panis, vel alicujus Bacchæ (ut est apud b Platonem) *figuram* dispositi in corporis similibus formis graphice aliquantulum persistebant; *indicationem* autem fuisse non proprie imitationem, sed alicujus rei, nempe terræ, cæli, vicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poëtæ, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum vero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas prædictis indicationibus utuntur: adeo ut secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota hæc saltatoria facultas in imitatione, solo motu facta, consisteret. ipsique saltatores nil aliud actitarent, nisi quod sese moventes numero, & ordine gesticulantes, aut *lationibus* & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repræsentabant. unde non absque summa ratione Simonides poëta saltationem poësim tacentem, sicuti poësim saltationem loquentem vocare solebat: quamquam refert Plutarchus, tempestate sua veram saltationem à musica, cui associabatur, depravatam fuisse; atque à cælesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis theatris instar tyranni cujusdam imperium tenuisse, idque postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati viri cognoscunt. Quis autem primus hujuscemodi saltationem hominibus demonstraverit, satis compertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenæum refert, *Androna*

c probl. 15.

b 7. de leg.

c Loc. citat.

Cata-

Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud veteres saltare vocatum fuisse σικελίζειν, id est, siceliffare; post quem Cleophantus Thebanus, & Æschylus multas saltatoriæ figuras invenerunt, quas βαλλισμὸς Sicula voce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenæus. unde & hodie apud multas Italiæ nationes balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro hæc saltatio tantæ existimationis, atque honoris apud antiquiores, ut Apollinem vocarent, quem admodum Pindarus:

Ὀρχηστὴν Ἀγλαΐας ἀνάστων δρυφάρετ' Ἀπόλλων:

Id est:

Saltator rex splendoris, pharetræque Apollo.

atque illa quandoque ad tibiæ, vel lyre, vel alterius instrumenti sonitum, vel ad cantum, vel absque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quæ illarum præstantiores & illustriores habebantur, vel à regionibus, in quibus in usu erant, aut repertæ & illustratæ fuerant, nomen susceperunt; vel ab inventore, & modo, quo efficiebantur: à regionibus appellatæ sunt *Laconica*, *Troænica*, *Epirephyria*, *Cretenses*, *Ionica*, *Martiniaca*, *Gaditana*, de quibus sic ^a Juvenalis.

^a Satyra 11.

*Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro
Incipiat prurire choro, plauſuque probata
Ad terram tremulo deſcendant clune puella,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Divitis urtica: —————*

& hujuscemodi aliæ. Ab inventore autem & modo vocatæ fuerunt aliæ *Pyrrhichia* à Pyrrhicho quodam Lacone, seu, ut alii malunt, à Pyrrho Achillis filio inventæ, in quibus armati saltabant cum cantu, & sine cantu. ut videre licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curavimus.



PYRRHICIA SALTATIO

Pyrrhichias autem nostris temporibus æmulantur illa pugnarum genera, quas *Moreſcas* populari vocabulo appellant. Atque hæc varias nominationes obtinuerunt, ut *Orſitis*, & *Epiche- dios* penes Cretenſes, *Carpæa* apud Ænienſes & Magnetes, de qua Xenophon. v. de exped. Cyri libro, *apochinos* ſive *ma- trismos*, quam mulieres ſaltabant; & ob id *Martypia* voca- bantur, & quæ ſtabiliores, & varietate majore præditæ erant, ut *daçtyli*, *jambici*, *moloffica*, *emmelia*, *chordax*, *ſicinnis*, *Perſi- ca*, *Phrygia*, *nicatiſmus*, *Thracius*, *Calabriſmus*, *Teleſias* à quo- dam viro Teleſio, qui primus eam armatus ſaltavit, ſic voca- ta, qua utentes Ptolemæi milites Alexandrum Philippi fra- trem ſuſtulerunt, aliæ *tornatiles* ſive *verſorie*, quod ſe in cir- cum vertentes ſaltarent. Erotianus, qui Andromacho Nero- nis, quod ſcribit Galenus, archiatro contemporaneus extitit, has ſaltationes *divas* vocatas ſcribit, aliæ infanæ, ut *caudifer*, *mongas*, *Thermauſtris*, nec non *anthema*, quam ſaltantes obi- bant, ita dicentes, *ubi mihi roſæ*, *ubi mihi lilia*, *ubi mihi apia*: aliæ ridiculæ, ut *igdis*, *maçtriſmus*, *apochinos*, & *ſobas*, *mor- phasmus*, *Glaux*, & *leo*: aliæ ſcenicæ, quales *tragica*, *comica*, & *ſatyrica*; aliæ lyricæ, quales *pyrrhichia*, *gymnopædica*, & *hyporchematica*. quæ omnes quomodo fierent, non eſt præ- ſentiſ tractationis declarare: ſatis ſit intelligere, hanc tertiam ſaltationem tot atque plures adhuc diverſas ſpecies, quibus libellum proprium dicavit Lucianus, habuiſſe; ſicut etiam diverſis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis, ex ſententia Ariſtotelis, ex impulſu at- que tractu componatur, ſaltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc ſuſum, vel deorſum, vel prorſum, vel retrorſum, vel dextrorſum, vel ſiniſtrorſum: à quibus poſtea motibus componebatur ſimplex ambulatio, flexus, procurſus, ſaltus, divaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, jactatio pedum, permutatio: quibus tota ſaltatio perficiebatur.

• 7. Phyſ.

CAPVT VII.

De fine saltationis, & de loco.

CVM antiqui in certaminibus atque venationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusque movendis nullam curam adhiberent, verisimile fit, ut prius saltatoria, partes inferiores duntaxat exercens, inventa sit, deinceps *χεροποιία*, quæ ordinatas manuum motiones edocebat, ei adjuncta sit, ut una cum ceteris prædictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectitionem, distentionem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita universa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad repræsentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes præcipue brachia moverent, significavit & ^a Ovidius ubi dixit:

^a 1. & 2. de
arte amandi.

Si vox est, canta; si mollia brachia, salta:

&

Brachia saltantis, vocem mirare canentis.

Hujus finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio; nam ad theatra & ad ludos voluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse præter Platonem atque Plutarchum testatur ^b Galenus, qui in principio curativæ artis vehementer contra sui temporis homines invehitur, quod saltatoriæ nimis operam darent, quasi solis voluptatibus & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quærendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem saltatione majores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio, pyrrhichia vocata, non ob aliud inventa fuit, nisi quo virtute illius tam pueri, quam viri & mulieres, modo hostes effugere, modo invadere, aliosque gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud ^c Xenophontem Paphlagonες Mimam saltatriculam à Myso pyrrhichiam saltare jussam conspicati, admirantes Græcos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum

Phry-

^b loc. cit. tit.

^c Lib. 6. de
Cyri expedit.

Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conservandæ non parum conduxisse, quandoquidem de manuum gesticulatione, quam χειρονομίαν vocant Græci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretæo, atque aliis, pro exercendis & sanis & interdum ægris corporibus usurpatam esse. Temporibus vero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem præstare nemo negaret, quemadmodum ^a Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosque in ea solius saltationis auxilio conservasse confitetur; qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera à medico petita recensuit. dum dixit: Ορχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν αἷς ἀπὸνται μέγιστα, καὶ πλεονέχουσι σπασμὸι τῶν χερῶν, καὶ ἐκλάσονται ἱξάνονται, καὶ περιστρέφονται, καὶ ἀνακλίνονται ἐπὶ πλείστον τὰ σκέλη. Id est, saltatorum vehementes motus, in quibus maxime saltant, & velocissime volutati circum circa vertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt, divaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin orchesticam in gymnastica medicinæ jure collocaverimus; præcipue quod Socrates in convivio Xenophontis se saltatoriam tum ad valetudinem efficiendam, conservandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cujus quoque gratia cum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui vero hanc orchesticam exercerent, varios fuisse reperio. Cinædos maxime omnium saltandi arti operam navasse significavit ^b Plautus: apud quem Periplectomenes senex sic ait:

^a 2. de dieta.
1. de cur. chr.
cap. 2.

^b In militia
glorioso act. 3.
scen. 1.

Tum ad saltandum, non cinædos magis aptus es, quam ego.

quamquam Non. Marcellus Lucilii testimonio, atque etiam Plauti, vult cinædos dictos à veteribus saltatores ipsos, atque pantomimos, ὅτι δὲ κινεῖν τὸ σῶμα. Poëtæ similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, verum & ipsi quoque interdum saltabant; nam Thespias, Pratinas, Cratinus, Phrynicus poëtæ omnes iccirco saltatores nuncupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repræsentabant, verum etiam extra propria poemata, volentes omnes saltare edocebant. pueri

quoque & mulieres omnium frequentissime in saltationibus versabantur, post quos etiam saltationi operam navabant quibuscumque valetudinis & roboris gratia vel à medicis, vel à gymnastis illud agere præceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultæ forent, fuerunt vici, & plateæ publicæ; deinde, cum maiorem dignitatem atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quæ & ab Aristotele, & à Polluce ob id *orchestræ* vocatae fuerunt, unde etiam *chorea*, nomen saltationis perelegans, emanavit. à theatri ad palæstras, sive gymnasia illas traductas fuisse auctor est ^a Athenæus, cui assentiri videtur ^b Plutarchus in nono symposiaco, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltaverat, ut pueros in palæstra gesticulantes excellere visus esset. quo etiam in loco Meniscum pædotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane conjectari valeamus pædotribas, gymnasiolorum ministros, orchesticæ non parvam cognitionem habuisse. In conviviis item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus & Plinius, nec theatra eandem respuisse memoriæ prodiderunt. Concludo itaque saltationem à gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quæ orchesticæ partes, in quam, & in palæstricam universam gymnasticam divisimus: atque hæc satis de ipsa.

^a Lib. 14.
Deip. cap. 7.
^b Probl. 15.

C A P V T VIII.

De Luctatoria.

DEclarata jam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palæstricam, quæ erat altera gymnasticæ pars, ut aggrediamur, operæpretium est, cui postmodum & reliquas exercitationes tam in gymnasiis, quam extra factas subjungemus. Palæstram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas continuo primum locum obtinuit *lucta*, à Græcis communi nomine *πάλη*, quandoque *καταβλητική* sive dejectoria à Laco- nibus nuncupata. quæ illa ipsa fuit, quam habuisse Jacob cum An-

gelo, ac inde fuisse pede læsum narrant ^a sacri libri, qui ^a Genes. 32. quod ajunt contigisse Jacob & Esau in ventre matris, id etiam contigit Epeo equi Trojani fabro, quem Eustathius ex Lycophrone narrat in ventre matris cum gemello luctasse, & veluti vincitorem prius sibi viam ad exitum parasse. Hæc nihil aliud fuit, nisi *exercitatio quadam in loco gymnasii peculiari, nempe palestra, sive porticu tecta, quæ xystus vocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & pulvere aspersi sese brachiis complicantes, invicemque concertantes, alter alterum dejicere humi contendebant, ad quod peragendum embolæ, parembolæ, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudque præ ceteris quarebatur, ut pedes primo comprehenderentur,* quod ^b Pseudolus ebrius apud Plautum significavit, de vino dicens:

^b Act. 5. scen. 1.

Captat pedes primum, luctator dolosus est.

Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando hæc agere intermiserent, iis quædam partes rumpantur, convellebanturque, sicuti tradit ^c Galenus iv. de ^c Cap. 8. locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc gymnasticis in luctis observatum esse ordinem, ut numquam vehementes inirent, nisi prius faciles & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi binos, quoniam etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum viro vir concertabat, sed puellæ quoque juvenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chiis refert Athenæus. Luctam, quam non temere gymnasticæ artis minimam partem credidit ^d Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus aliis exercitationibus vetustiore extitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Græcos nil aliud, quam vetustatem indicare videatur: nam & locum exercitationum palæstram nuncupatum ^e παλῆστρῃ primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert ^e Plutarchus, qui non palæstræ nomen

^d 2. de diff. pulsuum.

^e 2. Symprob. 4.

ὑπὸ

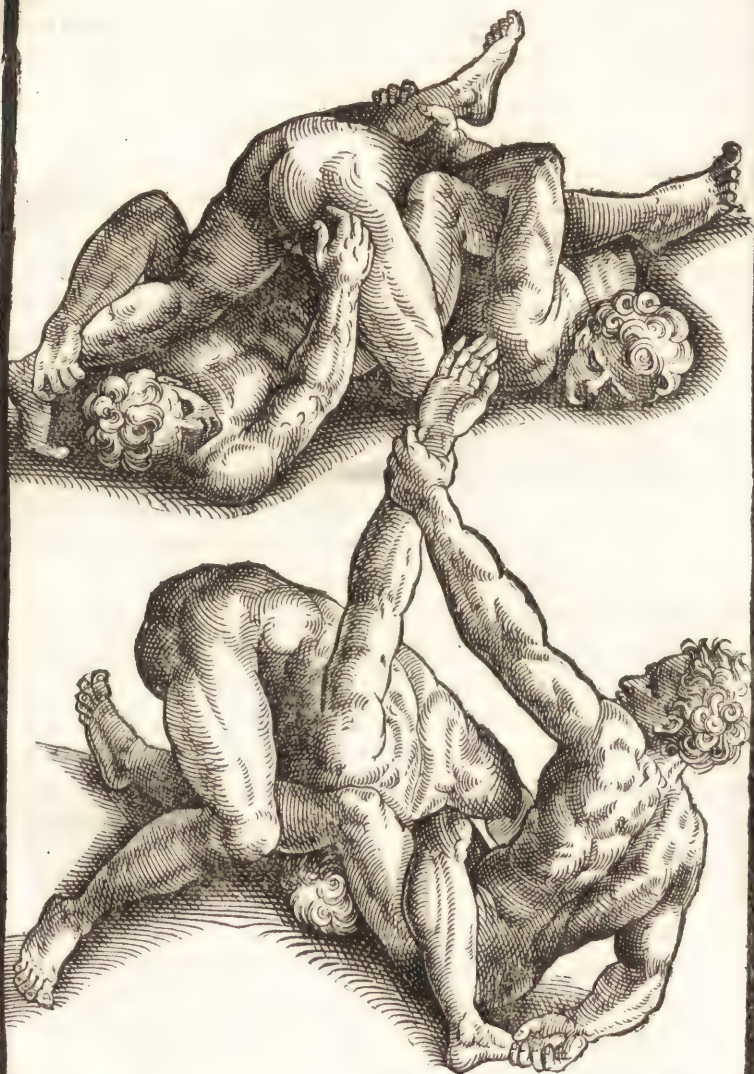
ὑπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse voluerint, sed potius quod solum hæc exercitatio πηλῆς, id est luti, pulveris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, videlicet haudquam verisimile videri, ut lucta, quæ omnium exercitationum artificiosissima & astutissima existit, omnium etiam vetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea vocari, quæ simplicia sine ulla arte, & via magis quam methodo consistunt: unde Socrates πάλῳ ὑπὸ τῆς παλῆς, quod est *dolo & insidiis dejicere*, fuisse derivatum maluit. Plinius autem ὑπὸ τῆς παλαιᾶς, id est à *conjunctis*, simulque *commixtis* quatuor digitis, quia luctatores hac manuum parte præcipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria à pugnis, quam sententiam aperte refellere videtur Julius Pollux, ubi nomen illud solam quatuor digitorum mensuram significare scribit, à qua mensura deduci postmodum exercitationis nomen valde longinquum est, & proinde melius sensisse videntur illi, qui ὑπὸ τῆς πάλης natam & dictam πάλιν, credunt, sive ὑπὸ τῆς πάλης ἢ πάλης, quorum alterum apud poetas, *dejicere*, & *projicere* & *spargere*, quod postremum ab Homero quoque ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo à *terra*, vel *in manibus elevare*, quæ omnia à luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque velimus, ut alii, ita dictam ὑπὸ τῆς πλησιάζειν, ἢ γίνεσθαι πέλας, hoc est *appropinquari* & *vicinos fieri*: quandoquidem cursores semper distabant, nec unquam appropinquabantur, pugillatores pariter à designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores varios representari, indicavit nobis Ligorius. Et ad hoc propositum ^a Tertullianus in lib. de Spectaculis ita locutus est: *Palestrica diaboli negotium est. Primos homines diabolus elisit: ipse gestus colubrina vis est tenax ad occupandum, tortuosa ad obligandum, liquida ad elabendum: Quamquam non defuerint qui absque hisce gestibus, sed tantum stando & manus extendendo colluctatores vincerent, qualem fuisse Melancomam quendam à Tito Imperatore vehementer*

^a Cap: 18.



adamatum narrat Themistius in orat. x. de pace.

Tota hæc facultas in gymnasiis tres fines habuit, tempore-
que Galeni mirum in modum ejus peritia crevit, nempe quan-
do refert ipse primo de art. xxi. i. luctandi magistros varias
ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexiones-
que invenisse: primum, ut athletæ in illis exercerentur, quo
in ludos, sacrificia, & amphitheatra exeuntes, victoriam adi-
pisci possent: atque hujus luctatorix auctores fuisse Antheum,
a 7. de leg. & Cercionem scribit a Plato: Secundum, ut ad bella homines
exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum
alii à Theseo Atheniensium principe; alii à Phorbante Thesei
pædotriba referunt. Tertium, ut homines & pueri luctantes o-
ptimum corporis habitum acquirerent, sicque sanitatem cura-
rent; in quo usque adeo elaborabant, & totis viribus conten-
debant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur &
luxarentur, quæ illis palæstrico quodam pacto ab aliis diverso se
b lib. de ma-
chinamen. remittere consuevisse testatur b Galenus. Hoc tamen animad-
vertendum esse duco, Galenum non modo luctam athleticam,
quam respublicas bene institutas odisse scribit, improbasse, verum
& sanitati studentem interdum parce laudasse, utpote qua robur
quidem augetur, at luxationis ac fractionis osium, necnon suf-
focationis periculum immineat. Similiter & Clemens Alexan-
drinus qui tempore Galeni Romæ floruit, in i. i. i. Pædagog. li-
bro cap. x. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes
improbat, eam tamen honestiorem, & magis viro dignam facit,
quæ μετ' ἀγῆμον & gratia bonæ ac utilis valetudinis efficitur.
Præterea, quoniam Plutarchus solummodo luctam & pancra-
tium volutatorium in palæstra exerceri solitum scribit, duo con-
sideranda sunt. Alterum, quod palæstra aliquando significat to-
tum gymnasium, ut supra declaravimus, aliquando locum in
gymnasio, ubi tot exercitationes à nobis in primo libro enume-
ratæ peragebantur, aliquando locum, in quo soli luctatores &
pancratiastæ volutatorii exercebantur, quorum certamina gra-
via apud Galenum libr. i. i. de tuen. valet. cap. i. i. appellantur.
quemadmodum hic innuit Plutarchus, atque etiam innuere vi-
sus est Galenus in fine libri de ludo parvæ pilæ. Alterum quod
duplex erat pancratium, primum, de quo agemus infra, ex lucta
&



PANCRATIUM VOLVTATORIUM

& pugilatu compositum. Secundum, quod *volutatorium* nuncupabatur, speciesque luctæ erat, nam in lucta certantes sese dejicere studebant, rectique manebant; in pancratio autem volutatorio humi prosternebantur; atque ibi invicem, seque mutuo convolventes, alter alterum sibi supponere nitebantur: quemadmodum clarissime monstrant depicti hic nummi cujusdam Salustii Auctoris, qui sub Valentiniani & Placidie Augustæ principatu Africæ regno vi occupato, ludos similes atque alios ob victoriam edidit.

^a Lib. de
communium ani-
malium
gressu.

^b Lib. 14. de
Palæstrica.

De hac exercitatione verisimile mihi fit, ^a Aristotelem verba fecisse, ubi nullum erectum & stantem continenter & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moveret ut palæstritæ, qui per pulverem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile videretur, locutum esse ^b Martialem, ubi dixit:

*Non amo qui vincit, sed qui succumbere novit
Et dicit melius τὸ ἀνακλινοπαῖλιν.*

^c 6. coll. et.
cap. 27.

^d Lib. de dietis.

^e Lib. 2. de
diet. circa. fi-
nem.

^f 2. de tu. 121.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπαῖλιν, *reflexionem*, qua palæstrita reducto pectore adversarium retrahebat, ac ictum illius devitabat, aut potius (ut erat poëta semper obsœnitatum amator) eam lecti luctam interpretemur, quam κλινοπαῖλιν Domitianum vocasse tradit Suetonius. & quam à spurcissimis tam viris, quam scæminis exerceri consueisse narrant Spartianus; Lampridius & Capitolinus. De eodem item loquebatur Antyllus apud ^c Oribasium dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pavimento; pro lucta super pavimento nil aliud intelligens, nisi pancratium volutatorium, quod tamen valde diversum erat ab altera volutione, ab ^d Hippocrate ἀλινδῆσι^e nomine significata, qua homines in palæstra humi prostrati vel soli, vel cum aliis circumvolvebantur, & de qua ^e Cælius Aurelianus verba fecit, ubi volutionem in palæstra pro diminuenda carne laudavit; siquidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pavementum nitidum, aut pulvere conspersum sese rotabant. unde ^f Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit.

CAPUT IX.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus.

PVgilatoriam πυγμαλιὰ à Græcis vocatam ante Trojanorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam ^a Plutarchus in 11. Symposiaco ^a Prob. 5. observavit, continuo pugilatum luctæ & cursui iccirco præponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoque ^b Lucretius hoc versu innuere videtur. ^b Lib. 3.

Arma antiqua manus, unguēs dentesque fuerunt.

Quid vero esset hæc exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatum idem penitus extitisse voluerunt. ex auctorum tamen scriptis conjectura consequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare consuevisse, pugnisque strictis vel nudis vel ænea, vel lapidea sphaera plenis, unde σφαίρομαχῆν, vel loris, laminave circumsepti sese invicem percutere, modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque unquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui vel adversarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, vel gravius & damnosius feriebat; quamquam non defunt qui etiam calcibus hujusmodi pugnam factitatum tradant, ob idque apud Senecam epistola LXXX. non σφαίρομαχίαν sed σφυρομαχίαν legendum putant. Quod etiam victoriæ signum esset ipsius adversarii confessio, vel manu, vel aliquo alio gestu facta, qui negaret plane expertus rerum esset. Tyrrhenos ad tibiam πυτταῖν id est *pugillatu contendere* solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenæus 14. Deipnosoph. Hoc certamen ^c Plutarchus quidem exercendo corpori inservivisse, testatum reliquit. ego vero ita sentio, pugilatum inter exercitationes à Galeno in 11. de tuend. valetud. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proque bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasiis fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarum prima est, quod Galenus bis,

^c 2. Symposi. Prob. 5.

vel ter solummodo pugilatum nominavit; & Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractavit, nullum poëtæ verbum de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretæo, qui in vertiginosis pugilatum commendare videtur: nisi (quod ego suspicor) sit Græcus contextus depravatus. Quod si pugilatus medicæ gymnasticæ exercitationis genus exstitisset, æquum certe erat, non adeo ab omnibus silentio præteriri. Altera ratio est, quod, si naturam pugilatus exacte spectemus, cum percussiones & evitationes bellum gerentibus necessarias æmuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere adjuvet, inficiari non possumus; at cum solum brachia, atque pugnoscere exercent, interdumque potius plagis ac gravibus percussionibus corpus offendant, quomodo valetudinis conservationi, bonique habitus acquisitioni conferre possit, non video: ut tuto dicendum sit, pugilatum in gymnastica medica exiguum usum habuisse, in militari vero multum, in athletica plurimum: cujus principes & auctores fuisse Amycum atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus; nec non in qua adeo Glaucus Carystius excelluit, ut quinta & vigesima Olympiade coronatus *pictæ*, id est, *pugilatoris* nomine per excellentiam meruerit vocari. Pugilatores istos pinguedini comparandæ operam dedisse legitur apud *a* Terentium. quod agebant, ut gravius percutere valerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experientia & ratione comprobatum, obesos minus ex carnibus injurias sentire. Cur autem Tésprio ille Plautinus ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius valeret, respondeat, *pugilice atque athletice*, non est admodum difficile conjectura consequi. quod etiam *b* Galenus scriptum reliquit, luctatores potissimum athletas veros esse vocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiam eodem nomine appellatos fuisse pugiles, & pancratiastes. qua de re fieri potest ut *c* Plauti ætate pugiles ab athletis diversi essent, utrique tamen robori & corporis crassitie studerent, & iccirco servus ille merito pugilatum & athleticam separaverit, herumque suum robustum & pingui ventre esse significarit. Ex lucta & pugilatu tertium quoddam exercitationis genus componebatur, quod *pancratium* communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut testatur *d* Aristoteles

a In Eun. act.
2. sc. 3.

b 3. de alim.
fac. c. 2.

c Plaut. in E-
pidico.

d Cap. 5.

teles

teles primo Rhetoricorum) qui exercebantur, adversarios, & pugnis ferire, & comprimere, & continere, & dejicere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec unquam complicabantur; ut commendanda sit urbanitas Horatii, qui 111. Satyr. lib. 11. venuste admodum phreniticos, quod pugnis ministros & adstantes ferirent pugiles vocavit. luctatores complicabantur, & comprimebant, ut dejicerent, sed pugnis minime percutiebant, pancratiaistæ tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit ^a Pausanias) adversarium vincere contendebant, atque in eo à pugilibus differebant, quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo inflexis certabant, atque hoc significare voluit ^b Galenus ubi scripsit: Εἰ ὃ ἐκαστὸν τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ χεῖμα τῶν χειρὸς γένοιτο μάλιστα τοῖς ἐν πανκρατίῳ πεπρακτοῖσι αὐτῶν ὅμοιον, hoc est, *sin autem unusquisque digitus flectatur, manus figura iis maxime similis evadet, qui ipsam in pancratio protenderint.* talis etenim manuum figura prehensandis adversariis, cui maxime studebant pancratiaistæ, ut nomen quoque significare videtur, valde accommodata erat, his de causis exercitatio hæc *παμμάχιον* vocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum *πάμμαχον* dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in VI. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit, qua item ratione permotum opinor Platonem, dum VI 11. de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus, mulieres solummodo post nubilem ætatem pancratio exerceri consulit. de Pancratii specie quapiam loquebatur mea sententia Galenus, quando in commentariis super libellum de salubri diætâ dixit, gymnastas fere, quos impingulare volebant, constituiisse, inter exercendum *προσπίπτον, ἢ σωματομαχεῖν*, (erant enim quædam exercitationum genera) ut scilicet jungerentur, & toto corpore certarent, sed nudi, ac sine complexu. Panætius quoque apud Gellium libr. XI 11. cap. XXV 11. pancratiaistarum gestus & lusus hunc in modum pinxit. *Ut sunt Athletarum qui pancratia (melius pancratiaistæ) vocantur, nam sicuti illi ad certandum vocati projectis alte brachiis consistunt, caput-*

^a lib. 5. Eliacorum.

^b 1. de motu muscul.

putque & os suum manibus oppositis, quasi vallo premuniunt, membraque eorum omnia, priusquam pugna mota est, aut ad vitandos ictus cauta sunt, aut ad faciendos parata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quæ in gymnasiis peragebantur, perspicue significavit ^a Propertius, ubi palæstrarum Lacedæmoniorum exercitationes decantans dicit:

^a Lib. 3. Eleg.
12.

Et patitur duro vulnera pancratio.

^b 2. de tuend.
valet. cap. ult.

Neque tamen ob id colligere decet, pancratium apud medicos multum in sanitatis usum venisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab iis corpori exercendo probabantur, tanto minus pancratium ex pugilatu & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum est. quod si ^b Galenus aliquando scripsit; se plurimos pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conservasse, illud effecit in iis, qui exercitationibus hujuscemodi solis dediti erant, atque tunc magna prudentia & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendum sit, pancratium in gymnastica medicinæ locum aliquem præcipuum habuisse; quamvis secus plurimum ejus auctoritas in athletica valuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis & certaminibus usque adeo pancratiastrarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mitylenæus singulari contendens certamine recte sub clypeo latente involvit, atque hoc modo superavit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam pancratii in Prytaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Invenio etiam quoddam pugnae genus apud veteres pancratium nominatum, sed adversus bestias tantummodo id committebatur, ut videre licet apud Cassianum lib. collat. v. cap. xiv. Simile profecto pugilatui vel potius ejus quædam species erat certamen illud, quod *cestibus* peragebatur. ii autem erant laminæ æneæ manibus alligatæ, quibus autem alligabantur, erant lora quædam punctis interstincta, quæ manibus & brachiis circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo & crassitie, verum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde pater hos aliqua ex parte diversos fuisse à pugilibus proprie vocatis, nempe qui
solis

folis manibus in pugnos conjunctis inter se dimicabant: quamvis etiam ita certantes nonnumquam pugiles vocari scio, ut apud M. Tullium 11. Tusculanarum quaestionum libro. Cestiphoros in gymnasiis quoque exerceri solitos testatum fecit ^a Pro-
pertius, qui lib. 111. in palæstris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consuevisse, in hunc modum scribit.

^a Lib. 3. elega-
12.

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod vero hujuscemodi certamen potius athletæ, quam sanitatis studiosi exercerent, ex iis, quæ supra de pugilatu scripsimus, facile cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactæ corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expanctis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se verberibus, plagis, & ictibus pugnisque exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex adverso athletas non parum eo delectatos, hinc conicere possumus, tum quia maxima populum hujuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam & præmia ex ea populi voluptate in amphitheatris & sacrificiis comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium à Polluce occisum, scripsit Valerius Flaccus 1v. Argonaut.

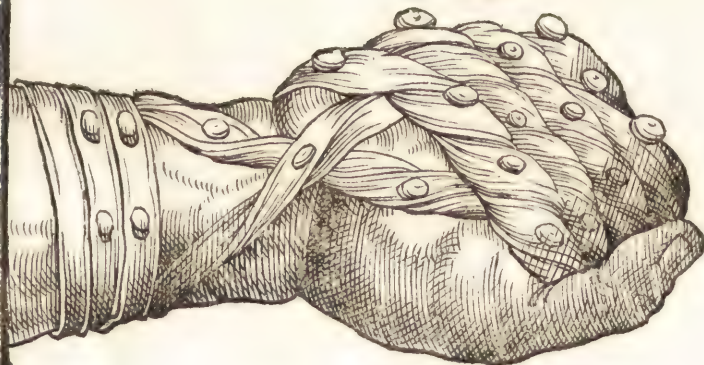
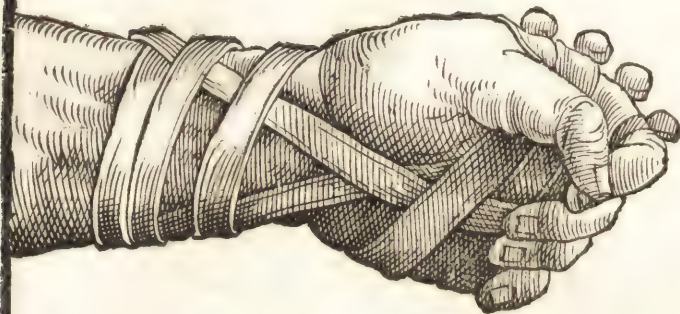
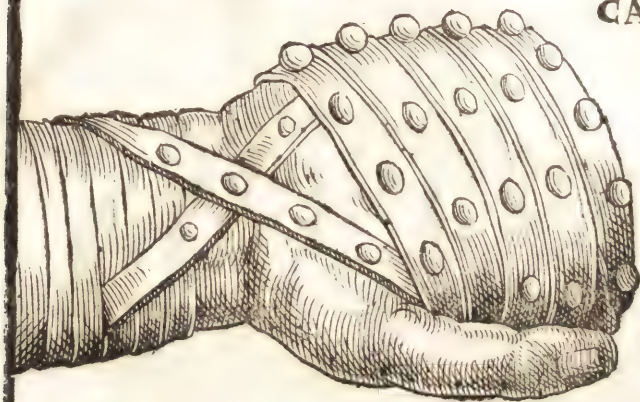
*Sparta terapnaa pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebryciis Amicum suspexit arenis.*

similiter ^b Virgilius Entellum ac Daretem, & ^c Ovidius Brotheam ac Ammonem cestibus valuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, pancratium, & cestus, unum pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse jam liquet. Narrat Plutarchus ^d Lycurgum ea certaminum genera sustulisse, in quibus ^e χερσὶ ἀνατίετο *manus ad feriendum attollitur*, quod hujusmodi exercitia frangant & debilitent potius, quam foveant corpora. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum varias picturas hic damus, ut ipsas vel ex sepulchrorum, vel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in veterum monumentis renovandis peritissimus.

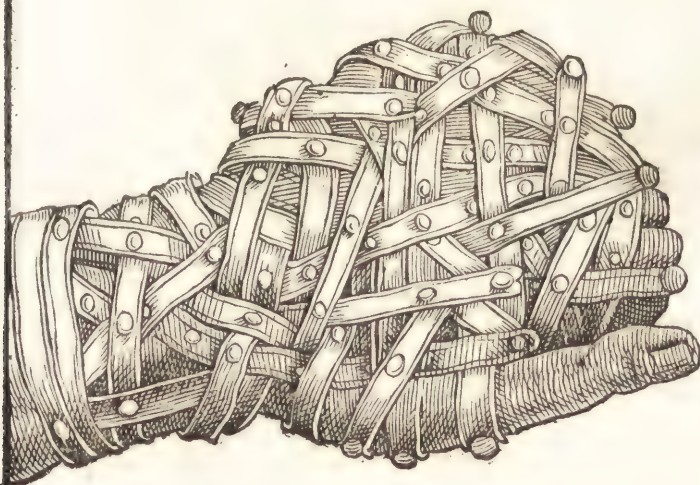
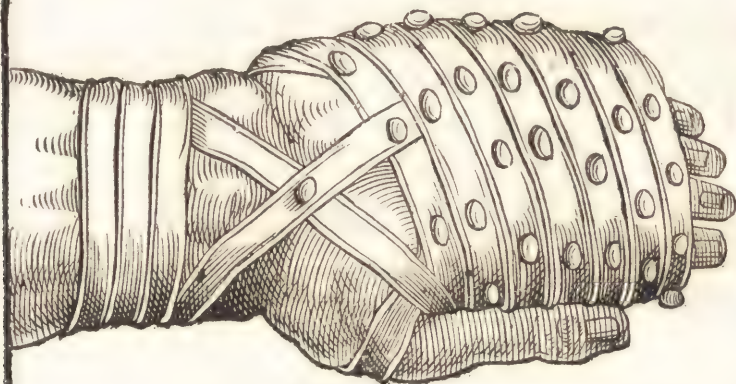
^b 5. Æneid.
^c 5. Metamorph.



CAESTVS



CAESTVS



CAPUT X.

De Cursu.

INter cetera, quæ ob vitæ conservationem animalibus à natura tributa fuerunt, currendi potestatem præcipuam esse, omnes qui eorum statum considerare volent, sine labore intelligent, siquidem cetera quæque, quibus se ipsa tuentur, vel non statim conascuntur, vel non perfecte corpora defendere valent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte lædantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere valentium injuriis tuetur, ut nullam læsionem ea sustinere patiatur. quo magis homini valde conquerendum esset, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis & cursus gratia à natura in eam figuram fabricata ^a Aristoteles & ^b Galenus prodiderunt, hanc jacturam custodia parentum, sub qua tunc vivit, facile emendaret, qui etiam naturæ donis non modo ad vitam conservandam, verum etiam ad eam jucunde simul atque sanè traducendam vel solus, vel omnium animalium maxime uti novit, sicuti in cursu videre possumus, qui cum vitæ duntaxat conservandæ causâ homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad voluptatem, ad sanitatem consequendam uti non ægre tulit. Quis nescit majores nostros inter alias exercitationes, ut disputat Plutachus 11. Sympos. v. ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas, cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasiis assignatum nullum videre licet, quod hæc exercitatio in viis ipsorum communibus, dum ab aliis non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoque in loco, ubi altus pulvis stratus erat, si credimus ^c Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletæ, qui ludorum & certaminum gymnycorum celebritates repræsentabant, usque adeo currendi vim interdum æstimabant, ut (quod refert ^d Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, sicuti solet, impediret.

^a Lib. de comuni animal. gref.
^b Lib. 15. de usu partium.

^c In dialogo de gymnasiis.

^d Lib. 11. c. 37.

a. 5. & 6. Elia
corum.

b. 8. de legib.

c. Probl. 5.

d. Lib. 1. cap. 9.

Hujusce cursus certamen, sicut & luctæ primos Eleos sine ullo veteris memoriæ exemplo instituisse auctor est ^a Pausanias: apud quem similiter legitur, Endymionem filiis de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; necnon currendi morem, Nemiacis & Isthmicis intermissum, ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & servos & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Severum *nunquam cursorem nisi servum voluisse*, quod diceret, ingenuum non nisi in sacro certamine currere debere. Et laconicos, unaque Cynicum Diogenem cursum tanquam militibus futuris inutilem damnasse constat, quod quoque in libro ad Thrasymbulum confirmavit Galenus, illud tamen puto verissimum, non omnes servos, nec in omnibus agonibus contendisse, sed tantum in ignobilioribus, à quibus arcebantur ingenui sacris dumtaxat addicti: sicut etiam liberti, præsertim imperatorum, quos singularibus privilegiis eos donasse historici plerique referunt. Et Aristoteles, qui 111. Politic. 111. scribit *apud Cretenses ad certamina servos non fuisse admissos*, innuere videtur apud alias gentes servis quoque esse concessum. Ex altera parte ^b Plato ad bellicas exercitationes ita cursum commendavit, ut non modo viros & juvenes, verum etiam virgines, pucros, eos qui grandiores erant, & mulieres, omnesque tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri voluerit, non in stadio solum, sed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio, ut jure disputetur apud ^c Plutarchum, 11. symp. antiquiorne fuerit in bellico & concertatorio usu lucta & pugilatus, an cursus. Platonis sententiam secutus ^d Vegetius in commentario de militari exercitatione scriptum reliquit, *ad cursum præcipue juvenes, qui militari disciplinæ incumbunt, assuefaciendos esse, ut majore impetu in hostem currant, ut loca opportuna celeriter, cum usus venerit, occupent, vel adversariis idem facere volentibus præoccupent: ut ad explorandum alacriter pergant, alacrius redeant: ut fugientium facilius terga comprehendant*. Refert Sallustius de Magni Pompeii exercitatione eum *cum agilibus, saltu; cum velocibus, cursu; cum validis, recte certasse; neque aliter Sertorio aequandum unquam fuisse, nisi se, & suos milites hujusmodi frequentibus exer-*

exercitiis ab bella praparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bellica maximi momenti fuisse, & quem admodum athleticum quatuor præcipuas habuisse species, *stadium* de quo D. ^a Paulus loquebatur, quando dixit *curren-tes in stadio ob corruptibilem coronam certare; dolichum, diau-lum, & armatum*, in quorum postremo bis Callicratem vi-cisse scribit ^b Pausanias, unde *σποδοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρό-μοι, ὀπλιτοδρόμοι*, dicti sunt horum exercitatores. Qui præ-terea Aristotelem 1. lib. mag. moral. & Galenum medicum in 11. & in VI. de tuend. valet. libro non oscitanter vidit, in-telligere facile potest, cursum inter exercitationes sanitati, ac bono corporum habitui conferentes non exiguum partem habuisse, quando etiam ^c Seneca inter exercitationes corpo-ris, quarum rationem habendam censuit, primum locum cur-sui dedit, etsi non admodum percipio, quid epistola LXXI I I. indicare voluerit *dum se hieran fecisse, quod raro evenit cursori-bus*, ait : nam si (ut eruditissimus Muretus putat) pro hiera mediam stadii lineam concipiamus, quomodo cursores eam raro facere dicat, non satis assequor. Hujus tres tantum spe-cies effecisse Antyllum reperio, alteram in anteriora curren-di, alteram in posteriora, alteram in orbem. quamvis item apud ^d Galenum, & dolichum, & diaulum reperiri sciam, quorum alterum refert ipse, Græcis continuatum diu cur-sum significare, quem tamen major pars auctorum duplicis stadii spatium extitisse censet, alterum vero definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & re-currebant. Itaque stadium erat cursus, unius tantum stadii, dolichus duplex uno cursu stadium; diaulus duplex & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credam perystiliū in-terioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram vocatum tradit ^e Vitruvius, hujuscemodi cursui inservisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, *stadiodromos longiorem tractum metiri cur-su dolichodromis*, cum hujus contrarium manifesto intelligatur ex Parmenonis epigrammate :

Θημί πολυσχίλῳ ὀπλιτάματ' ὁ δ' μὲν Μάσας
Εἶναι μὴ ζήτῃ ἐν σάδιῳ δόλιχον.

^a 1 Corinth.
cap. 9.

^b Lib. 6. Eliac.

^c Epist. 15.

^d 2. de tuend.
valet. cap. 11.

^e Lib. 5. c. 11.

Πόλις ἀνακυκλεῖται δολίχῃ δρόμῳ ἐν σαδῶ δὲ
Ὁξὺς ἐλαυνόμενος πνέματός ἐστι τόνον.

Idem ex proverbialia μή ζήτε ἐν σαδῶ δολίχον à Polluce libro **III**. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori non esse quærendam majorem. Ad hæc habuit cursus multas species à locorum varietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabant, prout necessitas commoditasve postulabant, aut per plana loca, aut per aspera, aut per æqualia, aut per inæqualia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod valetudini studentes extra gymnasia quoque currerent; propterea quod loca similia cum haudquaquam omnes formas exercitationibus quibusvis aptas habere possent, cogeantur interdum homines, prout valetudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat ^a Aristotelis sententia, quod *currentes nudi vestitis coloratiores redduntur*, ut omnes qui loca libera & aspiratiores incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

^a 2. partic.
probl. 30. &
partic. 33.

C A P V T XI.

De Saltu.

Cursui saltus, ἄλμα à Græcis gymnasticis vocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc à saltatione, de qua superius sermonem habuimus, longe differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἄλλεσθαι, & à Platone, & à Galeno, & à reliquis probatis auctoribus dicatur. Hujus exercitationis nullum fere ad bellicam exercitationem effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum extitisse, inde conjicerem, quod Plato inter alias nullam prorsus de illo mentionem fecerit, sed unius ^b Vegetii in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit *juvenes, qui militia operam navant, ad saltum precipue exercendos esse, quo vel fossæ transiliuntur, vel impe-*

^b Lib. 1. de re
milit. cap. 9.

impediens aliqua altitudo superatur, ut, cum ejusmodi difficultates evenerint, possint sine labore transire. In athletica vero facultate saltum locum habuisse, præter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum primum hoc versiculo fecerunt :

Ἄλμα, δίσκος, ἀγώνιον, δρόμος ἢ πάλη,

id est,

Saltus, tum discus, tum lucta, & jacula, cursus,

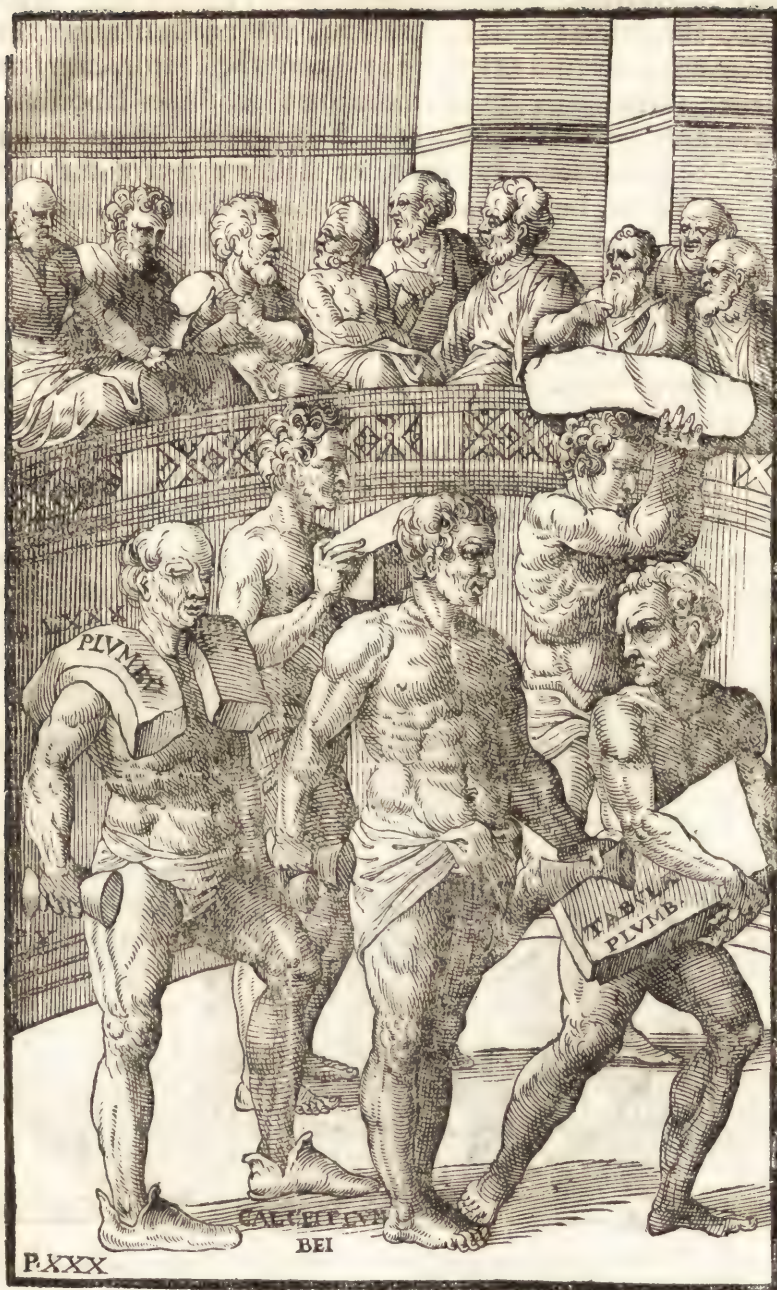
testatur abunde Aristoteles, qui in libro de communi animalium gressu scriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehensis majorem & concitatiorem saltum edere, quam non comprehensis, quod item post ipsum Theophrastus in libro περὶ κήπων plane confirmavit. Porro gymnasticam medicinæ saltu nec ipsam caruisse, satis comprobavit Galenus, dum eum inter ceteras palæstrarum exercitationes sæpius recensuit : sed Antyllus penes Oribasium diligentius omnibus, & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstravit, ubi hanc sententiam habuit : quod exilire & saltare inter se differunt, quoniam πηδᾶν, sive *exilire*, est motus quidam cursui similis, quando scilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo & circumvehendo, saltus sive ἄλμα est motus ferme continuus in sublime, vel tamquam medium, vel tamquam metam, nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod à saltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti ostendimus. Has saltus species ^a Senecam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltum commendabat, vel qui corpus in altum levat, vel qui in longum mittit, vel qui *saliaris*, aut *fuloniis* dicebatur. Exilitione olim utebantur Lacænæ mulieres, ad nates saltando, quæ retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoque cruribus alternatim inflexis, quandoque vero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres postmodum æreis statuis representasse Callimachum statuarium, ob nimiam diligentiam *Cacirotechnum* nuncupatum, auctor est ^b Plinius. quem autem

^a Epist. 15.

^b Lib. 34. c. 8.
circa finem.

& Lib. de com-
muni animal
pisc.

proprie saltum, Antylli auctoritate, vocamus, in gymnasiis duplici modo usurpatum invenio; altero, quando saltantes vacuis manibus seipsos in sublime agebant: de quo verba faciens ^a Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse saltu continentem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompæ gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese moventes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero quando manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati vehementius saltarent, quæ ponduscula tametsi ab Aristotele & Theophrasto ἀλτήρες nuncupari sciam, tamen ἀλτήρες aliud exercitationis genus extitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarii adnotare placet, qui in commentariis in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, hujusce rei ignarus, damnandum putavit Budæum, qui dixerit, *certantes saltu halteribus usos esse*; nam ut illi fortasse donem, quæ ait de halterum & halceterum diversitate; nihilominus Aristoteles v. probl. viii. & Theophrastus libro de lassit. ajunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidem, vel halteres manu gestent, quam si brachio inani jactentur. id quod etiam à Themistio in quarta oratione confirmatum reperitur. Vnde fortasse & apud Galenum 11. de tuend. valet. & apud Artemidorum legendum non ἀλκτῆρες & ἀλκτῆρια, sed ἀλτήρες & ἀλτήρια: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc vocem ἀλκτῆρες usurpatam invenire mihi contigit. Quomodo vero saltatio ista tam ab athleticis, quam ab aliis perageretur, hæc equidem conjicio, videlicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atque tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατήρα appellatum, & mensuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam; præterire, maximam laudem fuisse verisimile est, σκάμμα, seu forsan, ut est in Glossario antiquo, ἰσκαμμία interdum vocatum puto. Etsi quoque scamma & ἰσκαμμία significasse scio aggeres, & terminos illos qui constituebantur decertantibus, perinde ac hodie lusoribus & monomachis constituntur funes, vel ligna, quæ nec attingere, nedum transilire licet, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt,



a v. Sect.
prob:
b libr. de laff.

πηδᾶν ὡς τὰ ἱσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos majorem laborem afferebat, qui ex humili in altum efficiebatur, cum simpliciter adscendere, quam descendere continuo laboriosius prædicaverint ^a Aristoteles & ^b Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, ut melius exercerentur, habuisse invenio, immo vero & graviora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse, quemadmodum videre est ex vetustæ tabulæ pictura, in qua saltantes appositissime repræsentantur: quamque ut antiquam & veram à Ligorio accepimus.

An ea pondera dumtaxat ad majorem exercitationem faciendam inservirent, ita existimo, iis, qui gratia valetudinis exercebantur, hunc finem habuisse. At aliis ad gloriam quandam inanem potius tendebant quod scilicet, qui majoribus ponderibus onerati longius & altius saltarent, ii majoribus præmiis atque honoribus decorarentur, Erant quoque qui supra utres olco unctos & vino plenos pedibus saltarent; inter quos victores ii censebantur, qui ita sese dextere gerebant, ut præ lubricitate humi non caderent. atque hi pro victoriæ præmio utrem cum vino ferebant: qui vero terram natibus per-

Atque inter pocula læti

Mollibus in præter unctos salire
 per utres



Apud Petrum Stephanonium in Gemma.

cutiebant, non sine magna voluptate spectatoribus risum movebāt. Id autem antiquitus observatum in ludis Baccho dictis, quos ἀσκιώλια vocabant, proditur, in quibus utres caprinis pel- libus conflati saltibus calcabantur in caprarum contemptum, quæ adeo vitibus infestæ creduntur. De hoc Aristophanes in Pluto ἀσκιώλιαζ' ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθέραν. id est, *hic sub dio supra utrem salta*, & Eubulus apud Aristophanis interpretem καὶ πρὸς γε τὸ πῶς αἰσὼν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, ἢ καυχάζεσθε ὑπὲρ τοῖς καταπίεσιν id est, *Quare utrem in medio collocantes supra ipsum saltate*, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius II. Georgicorum :

— atque inter pocula lati,
Mollibus in pratis unctos saliere per utres.

Sed illud non ignorandum, quod scriptum est apud Julium Pollucem ἀσκιωλίζειν, tam de his, quam de uno sublevato pede, altero solo saltantibus, dictum esse apud veteres.

C A P V T XII.

De Disco & Halteribus.

Disci jactum inter exercitationes gymnasiolorum haudqua- quam infimum locum habuisse, non modo ^a Galenus clarissimis verbis affirmavit, ^b Propertius prædixit, verum etiam ^c Vitruvius elegantissima quadam historia aperte insi- nuare visus est, apud quem legitur, quod cum Apaturius Ala- bandeus Trallibus scenam excellentissime finxisset, adspectusque ejus propter asperitatem eblandiretur omnium visus, & jam id opus probare fuissent parati, tum Licinius mathematicus prodiit, & ait, Alabandeos satis acutos ad omnes res civiles haberi, sed pro- pter non magnum vitium indecentiæ insipientes eos esse judicatos, quod in gymnasio eorum quæ sunt statua, omnes sunt causas agentes, in foro autem discos tenentes, aut currentes, seu pila ludentes : notavit enim mathematicus, quod, sicuti statuæ causas agentes fori sunt propriæ, ita discum tenentes gymnasii, & ob id indecentem inter locorum proprietates statum signo-

^a 2 de tuend.
valerius.
^b Lib. 3 Eleg.
12.
^c Lib. 7. cap. 5.

rum publicæ civitati vitium existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiquis illis discus gymnasii exercitatio, quam an bellicæ peritiæ studiosi inter ceteras exercerent, non admodum mihi constat, nisi Plato inter jaculationes illas varias, quas magnopere futuris optimis militibus commendat, disci quoque jaculationem subintelligi voluerit, quemadmodum Homerus quoque 11. Iliad. significavit, ubi finxit Achillem Agamemnoni iratum Myrmidonas suos à pugnando removisse, atque illos ipsos ne torpescerent in maris littore sese discis atque jaculis, tamquam militibus aptis, exercuisse: quasi non lædendis hostibus, saltem variæ agilitati ipsorum comparandæ hujusmodi exercitatio accommodata esset. Athletas vero in eo se exercuisse, necnon in publicis certaminibus contendisse, manifestum facere potest communis auctorum sententia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore adnumerant, & præter hos pictura quam hic damus. sicut etiam Galenus, Ætius, Paullus, & Avicenna inter exercitationes sanitati & bono corporis habitui conferentes discum recensent. Sed, priusquam longius progrediar, rationi consentaneum puto admonere, discum penes scriptores varia significasse, nam testatur Suidas, discum fuisse instrumentum quoddam rotundum, quod aliquando adeo grave erat, ut vix ab uno homine elevari posset; veluti à D. Hieronymo de seipso scriptum est. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharsin, numquid *in gymnasio globum quendam jacentem aneum, atque teretem, in parvi scuti figuram formatum, neque lorum, neque balteum habentem* vidisset, qui *gravis, & comprehensu difficilis erat, eum manu sursum extortum in aërem aliquos jaculari consuevisse* subjungit: Aliquando etiam invenio, instrumentum illud figuram solis corpori similem habuisse, quod ab Alexandro in 11. problem. (sive is Aphrodisiensis, sive Trallianus, quod magis suspicor, extiterit) solis corpus *διον* vocetur. Vocatus similiter fuit discus quadra rotunda, qua epulæ in mensas ferebantur. Vnde *διονόμοι* appellati sunt, qui quadris ferendis destinantur. Sic legimus caput D. Joannis Baptistæ saltatrici in disco oblatum esse. Postremo discum instrumenti, de quo

ΔΙΣΚΟΒΟΛΟΙ.



nos loquimur, genus designasse reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita proditum invenio. Interpretes Homerī Eustathius exponens verba illa *ττ. Ιλιάδος*,

Δίσκοισιν πέπνυτο, id est, *ludebant discis*,

inquit, *δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃ ἐπέπνυν οἱ γυμναζόμενοι, τὸ δὲ σιδηρεὺς σέλον περσικῶς δίσκος*. Vnde secundum hujus sententiam patere potest, *discum fuisse lapidem gravem, quem exercentes se projiciebant*, & cum ferreus erat, *massam* vocabant. Huic attestari visus est *a* Martialis his versibus:

a Lib. 14. de
Disco,

*Splendida cum volitant Spartani pondera disci,
Este procul pueri, sit semel ille nocens.*

Alii, quibus ego assentior, crediderunt discum fuisse laminam quandam trium vel quatuor digitorum crassitudine, longiorem paullo plus pede, alias lapideam, alias ferream (æneam quoque ex sepulcro Marci Mannii Philopatris Athletæ in via Salaria posito se vidisse testatus est nobis peritissimus Ligorius) ejusmodi majorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangeretur, fuisse, puto, planam, quasi lentis speciem referentem, quam in aërem projiciebant, sed modo à jaculorum missione diverso, siquidem in mittendis jaculis brachia pandebant, mox prorsum impellebant, contra in disco manu ad pectus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illum in aërem ejaculabantur, ut perbelle explicavit *b* Propertius hoc versiculo:

b Lib. 3. Elegia.
12.

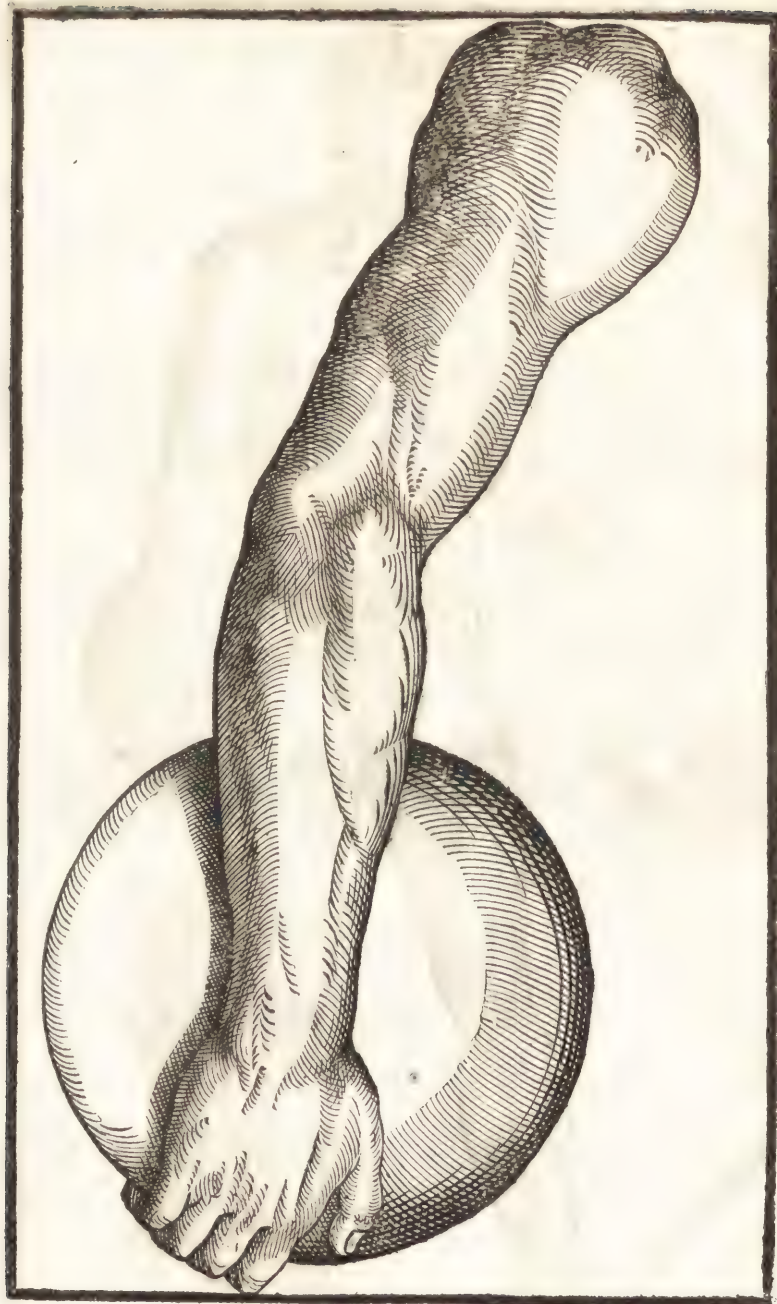
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similem habuerit, præter Dioscoridem lenticulam *Δίσκου* nuncupantem, expressa hic comprobatur Discoboli marmorea statua, quæ hodie Romæ in ædibus Joannis Baptistæ Victorii servatur, in cujus manu discum figura à nobis expressa positum videre licet.

Quod item ostendit alterius discoboli brachium lapideum hodie in magni Tusciæ ducis ædibus *Pittis* vocatis servatum, ex quibus similiter discum ejaculandi modum intelligere licet, ut prudenter nos monuit doctissimus Petrus Victorius;

ætatis





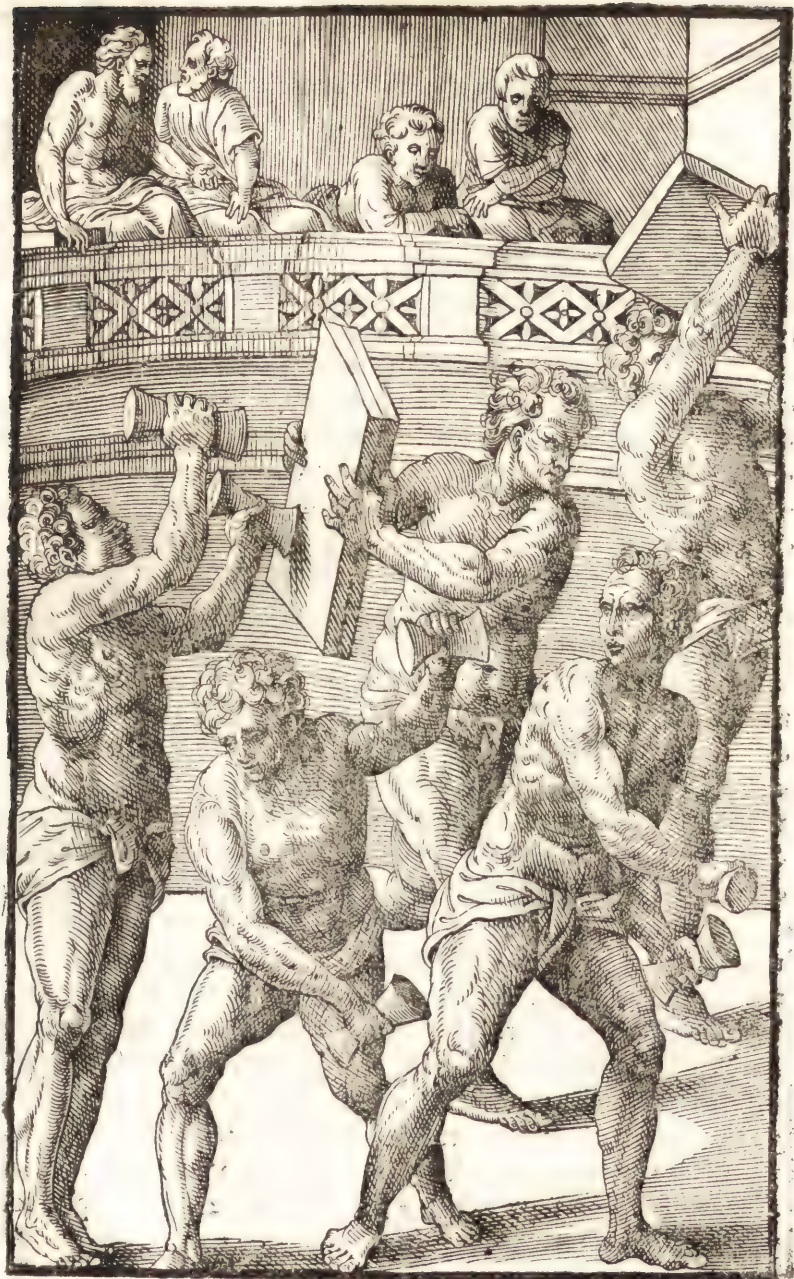
ætatis nostræ ornamentum, qui brachii figuram ad nos misit. Harum statuarum similes alias duas discobolorum fuisse verisimile est. quarum unam ex ære Myronem præclarissimum statuarium finxisse, à Quintiliano celebratam, aliam Tauriscum pictorem illustrem excellenter pinxisse, refert a Plinius. Hanc formam disci una cum prædictis testimoniis si vidisset, ac mature examinasset Guljelmus ille Choulus, nunquam certe affirmare ausus esset, *discum pilam rotundam in medio perforatam fuisse*; nisi bonus ille vir nomine pilæ quàmlibet rem orbiculatam præter Latinæ linguæ usum intellexërit. Atque hoc dico, quoniam D. Cyprianus in libro de spectaculis discum vocat *orbem æneum*, & in Marci Aurelii Imperatoris nummis quibusdam Apolloniæ Illirii excussis, quorum exemplar supra positum est, hujusmodi discobolorum lusus repræsentatur, in quo discum quadram quandam orbiculatam, & in medio perforatam fuisse apparet. Vt hinc conjiciam, non unam discorum formam extitisse, qua sive in sacrificiis, sive in gymnasiis uterentur. Illud attamen prætereundum non est, in disco jaculando artem quandam, ut Pindari interpretes ostendit, necessariam extitisse; alioqui jaculatores laude frustrati deridebantur, & sæpe damna insignia spectatoribus afferebant; quod à Phœbo actum fuit, quem disco Hyacinthum interfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, *αἰτήγες* à Græcis appellatum, quod in palæstra actitari solitum scribit Galenus, hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut vehementius saltarent, manibus comprehendere consuevisse, demonstravimus, diversum fuisse aperte declaravit Antyllus, cujus verba apud Oribasium ita scripta reperiuntur in capite *περὶ αἰτηγεβολίας*. id est, *de halteris jaculatione*. Διαφορὰ δὲ ἐστὶν αὐτῶν τῶν αἰτήγων, ἢ ὅς βαλόντων πρὸς μέγαν τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπόμενων, ἢ κρατάντων μόνον ἐν περὶ τῶν τῶν χειρῶν ἡσυχαστῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν πινυμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαλόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ καὶ σύνδυσιν τῶν ῥάχεως τοῖς χειρὶ πρὸς συγκαμπόντων τῶν γυμναζομένων. Id est: *Differentia autem est halterum ipsorum, aut enim projiciuntur manibus extensis, & vicissim inflexis, aut in manuum protensione, quæ quiescunt, & ut plurimum brevi motu moventur, solum con-*

Lib. 35. c. 11.

tinentur ; ipsi vero , qui exercebantur , non secus ac pugiles introibant , & concutiebant , vel qui se exercebant , secundum dorsi assensum manibus vicissim se flectebant. Ex quibus verbis plane indicari videtur , quod , licet halteres hujuscemodi ex eadem materia , atque eadem forma , qua saltatorum pondera esse possent , nihilominus ab illis differebant , quod non modo manibus , ut saltatores , tenerentur , verum etiam variis modis emitterentur , perinde ac temporibus nostris apud multos in usu habetur , qui sese exercent , aut lapidem vel ferreum , vel plumbeum manibus ac brachiis extensis , & circumactis in altum mittentes , de quibus locutus fuit Aretæus , auctor non minus probatus , quam antiquus ; ubi in dolore capitis τ' αλτήρων βολλῶ commendavit. Et ut possit certior formæ hujusce exercitationis notitia haberi , adponendas curavimus halteristarum imagines , quas ex gemmis antiquis sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhus Ligorius. Et ne quis à nominum æquivocatione errandi occasionem aliquando capiat , illud animadverti volumus , ab αλτήρ & αλτήρ non parum differre : quandoquidem αλτήρ exercitationis genus jam à nobis descriptum , nec non pondera à saltatoribus manibus apprehendi solita significat , αλτήρ vero genus fuisse orchesticæ , sive saltationis apud Sycionios usitatum refert Athenæus. quo nomine Ithacenses quoque unam exercebant , quam non sine Vlyssis fortuna atque æumnis constitisse arbitror ; siquidem ἀλήτης ex Homeri versibus , ex Hippocratis usu , atque Galeni interpretatione mendicum atque erroneum significat. Quales porro fuerint hujusmodi halteres , nihil aliud explicatum reperio , nisi id quod a Pausanias in v. Eliacorum scripsit in hunc modum : Οἱ δὲ αλτήρες ἔπι παρέχοντο σχῆμα τοῖονδε κύκλος ὡς ἀμφοτέρωθεν , καὶ ἐκ ἐς τὸ ἀκροτάτου περὶ φερεῖς εἰσὶν ἡμισυ , πεποιήται δὲ ὡς ἡ τὰς δακτύλους τ' χειρῶν θιέναι , καὶ ὅτι δὲ ὁ χάνων ἀπὸ τοῦ. Id est , *Hi autem halteres circuli oblongioris figuram habent , neque dimidio ad exactissimam rotunditatem perveniunt. Ita vero facta eorum est figura , ut manuum digiti tamquam per clypei ansam immittantur : à quo paullo diversius sensisse videtur.* ^b Cælius Aurelianus medicus inter Latinos antiquos methodicus non infimus , ubi scribit ,

^a circa finem.

^b lib. 4. chro. cap. 2.



scribit, *arthriticis convenire ceram digitis emolliendam dare, vel manipulos tenendos, quos palastrita halteras appellant, tum movendos cercos, vel ligneos, primo cum parvo plumbo interfuso, tum pro modo profectus graviores.* Ex quibus verbis elicitur halteres fuisse massulas quasdam, sive manipulos ex variis materiis modo le-ribus, modo gravioribus confectos, ea magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum solis manibus, verum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusus, deinde inter projiciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut quid aliud simile projiciendo certant. An vero *ἀλτήρες* à Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego ipsum, ubi *VI I I.* de legibus hæc de mulierum propriis exercitationibus scribit, *καὶ λίθοις ἐν χερσὶν τε, καὶ σφενδόνας ἀμυδρομήων,* nil aliud animo concepisse, nisi quod illæ tum lapidibus à manibus, tum à fundis emissis inter se certare deberent. nam & *ἀλτήρες* aliquando lapides erant, quos à manibus exercitatores ejicere consuevisse indicavimus: unde sub nomine lapidis à manibus emissi *ἀλτήρες* Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissentaneum: veluti certum est, fundam, ab halteribus diversam, funiculum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine, ut dimitti posset, atque in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem, circumacto valide funiculo, & ab uno capite dimisso, vehementer projiciebant funditores. quam projectionis formam duabus de causis à Phœnicibus, quos ^a Plinius fundæ inventores fecit, repertam credo; altera ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocuum accederet, altera, ut longinquius & majore impetu lapides projicerentur. unde Davidem ad prosternendum Goliathem funda uti voluisse existimo, quoniam adversus robustissimum Gigantem maximo armorum impetu opus esse cognoverat. Hoc genus certaminis apud ^b Balearium insularum populos usque adeo celebrabatur, ut matres filios suos aliis avibus vesci non paterentur, nisi quas funda sibi ipsis comparassent.

^a lib. 7 c. 56.

^b Vegetius de re militari. cap. 6.

Et ideo ^a Virgilius fundam cognomine *Balearem* hoc versu ^a 1. Geor.
appellavit.

Stuppea torquentem Balearis verbera funda.

& Statius libro primo.

Robor aque & gravidas fundæ Balearis habenas;

Ovidius libro 11 Metamorph.

*Non secus exarsit, quam cum Balearica plumbum
Funda jacit: volat illud, & incandescit eundo.*

Quod vero bellica gymnastica hujusmodi exercitationem in
usu haberet, faciliter ex ^b Vegetii commentariis unusquisque ^b Lib. 4. cap.
cognoscere potest. 22.

C A P V T XIII.

De Iaculatione.

QUamvis ^c πείσις πέψις sive iaculationis omnis nomine
apud ^c Platonem quandoque omnem sive lapidis, sive ^c 7. de leg.
jaculi, sive alicujus alterius projectionem nosse valeamus,
nihilominus duas præcipuas illius species effecisse ^v 111. de le-
gibus dialogo videtur, alteram ^π ξικλή, alteram ^α ἰγνύπωμα vocans,
quarum duarum Apollinem atque Æsculapium præfides exti-
tisse tradit Galenus; nos primam *sagittationem*, secundam *jacu-*
lationem, cunctos fere Latinos secuti, nuncupabimus, sagit-
tationem tribus præcipuis modis fieri solitam invenio, tum so-
lis amentis ^c de quibus Silius lib. xiv.

———— *hasta juvatur amento,*

tum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesque
infigentes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eja-
culabantur, atque hi communi appellatione ^π ξότυ, vel ^π ξότυ
vocabantur; unde venenum quoddam ^π ξικόν nominari scribit
Paullus ^d Ægineta medicus, quod Barbari sagittas ad ferien-
dum lethalius illo inficerent: Jaculatio vero non modo sine
amento, arcu, balistave efficiebatur, verum etiam grandiores
sagit-

^d Lib. 5. cap. 53.

sagittas, crassioresque virgas, & plerumque graves palos requirebat; quinimmo sagittarii folis brachiis sese movebant, ἀκοντίζοντες autem, sive jaculatores in jactu brachia contorquebant, extendebantque, & præterea dorsum, necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantque; quemadmodum temporibus nostris, quos pali jaculatores appellant, sagittare conspiciamus: utrique tamen in hujusmodi exercitationibus obeundis non paucis viribus indigebant, unde non sine ratione ^a Hippocrates *multos ex Scythis præ impotentia humiditatis humerum, neque arcum intendere, neque telum contorquere potuisse* memoriæ mandavit, qui pariter in initio libri de fracturis dicebat brachii figuram aliam esse ἐν ἀκοντισμῷ καὶ φύσιν, ἄλλο ἢ ἐν σφενδόνησιν, ἄλλο ἢ ἐν λιθοβολίῃσιν. Id est, *in jaculatione fundarum, & lapidum emissione, necnon pugilatu*. Habebant vero, qui sic exercebantur, terminos & scopos sibi propositos, quos modo præterire, modo attingere, victoriæ gratia quisque conabatur. quod explicavit Horatius hoc versu:

^a lib. de aëre, aquis, & locis.

^b lib. 1. car. ode. 8.

————— *sæpe disco,*
Sæpe trans finem jaculo nobilis expedito?

^c libro 4 de re milit. cap. 22.

^d lib. 10. cap. 15.

^e In suas. ad bonas artes.

Ceterum hoc in loco id præterire nolo, quod balista fuit tormenti quoque genus, quo secundum ^c Vegetium lapides & sagittæ ejaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis & scorpionibus antiquos ejicere consueſſe scripsit ^d Vitruvius, de quibus tractare ad institutum nostrum minime pertinet: quas vero nos sagittationes & jaculationes tractamus, illæ sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinæ gymnastica jaculationes atque sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inveniatur) inde tamen conicere possumus, quod antiqui, referente ^e Galeno, eosdem medicinæ & sagittationis jaculationisve Deos, Apollinem nempe atque Æsculapium effecerunt. At jaculationis utriusque tam cōmarcu, quam sine, præcipuum in bellica gymnastica usum apud præscos fuisse, locupletissimum testem Platonem

tonem habemus, qui mulieres & viros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curavit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas ^a Hippocrates & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas ejaculari consuevisse, scriptum reliquit; ut fileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum à bello vacarent, sese jaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quamperitiam quantopere jaculandi & sagittandi exercitatio adjuvet, quantumque eadem roboris lacertis afferat, clare indicavit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. XIV. Athleticam neque jaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittandi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamvis remotum, & cervam aëripidem transfixisse, harpyasque volucres in medio aëre confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alii. Ad hæc etiam diversæ illæ, atque multiplices belluæ, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletæ modo sagittis, modo aliis armis interimebant, clarissimum argumentum præbent, certatores illos athleticos jaculationem quoque exercuisse, nec modo ignobiles, verum etiam maxime illustres viros, atque etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur, Commodus videlicet Faustinae Pii & prioris Faustinae filiae, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc *centenas varii generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis videntibus confodisse*, scribit ^b Tranquillus; illum *centum ictibus in arena totidem feras stravisse, tam validis viribus, ut multas uno conficeret ictu*, tradit ^c Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, jaculo & sagitta contingeret. Ergo jaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinæ gymnastica locum habuisse, compertum est; cujus quidem jaculationis duo potissimum instrumenta fuisse diximus, *arcum & sagittas*, quos alii ^d *Scythem Iovis filium*, alii *Persem Persei filium* invenisse dicunt. Jam vero sagittarum multas specias fecimus, alias subtiles & exiles, quæ arcubus & balistis ejaculabantur, quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, &

^a Loco citat.^b cap. 15.^c Lib. 1. cap. 15.^d Plinius lib. 7. cap. 56.

præsertim Pacuvii in Paulo ita loquentis, *sagittis, plumbo & saxis grandinat, nivit* : nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 11. de cælo scripsit, sagittas per aërem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum, quod in eis continetur liquefacere, alias crassiores, jacula à Latinis vocatas, à Græcis ἀνέμια, quarum inventorem Ætolum Martis filium, credit Plinius : alias adhuc crassiores & graviores *palos* nostri vocant.

Explicit liber secundus.

HIERONYMI
 MERCVRIALIS
 DE
 ARTE GYMNASTICA
 LIBER TERTIVS.

CAPVT I.

De agendis, & de ratione presentis tractationis.

MVLtas exercitationum species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate enarravimus; multæ adhuc restant non minus fortasse scitu dignæ, quam illæ, quarum major pars tametsi haudquaquam in gymnasiis præcipue perageretur, neque item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palæstricam visum superiori libro universam gymnasticam distribuere, cuncta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiamsi non proprie, saltem communiter exercitationes vocari merentur, & propterea nullo pacto à gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque valetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc præcipue versetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quæ & valetudinem juvare, & optimum corpori habitum parere judicatæ sunt, de hisque singulis gymnasticam considerare statuerimus, vel unum aliquod institutum relinquere præter ordinem, & præter institutum nostrum foret. Neque vero nobis illud vitio obijci debet, quod de medicinæ gymnastica sola sermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus,

atque adhuc in sequentibus idem facturi sumus : propterea quod primum atque præcipuum consilium nobis fuit de medicinæ gymnastica verba facere. at postea tribus de causis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breviter cognitis, tota tertiæ illius natura magis perspecta foret, tum, ut quæ confuse de singulis simul, vel indistincte saltem ab auctoribus tam Græcis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neque ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum, quia eadem exercitationes ab athleticis, à militiæ studiosis, & denique à sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinæ dumtaxat gymnastica sermonem habuissemus, necessario pene secuturum erat, ut vel hanc unam extitisse crederent lectores, vel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset, nemo vel mediocriter in bonis artibus versatus videre non potest, præterquam quod si quæ de gymnastica medica scripsimus, quæque uberius in sequentibus dicturi sumus, iis, quæ de ceteris duabus à nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde nunquam jure inficiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte, medicinæ subiecta, & non de ulla alia tractare voluisse : hæc est enim illa, quæ tametsi corporis uni curæ operam navare videatur, ita tamen & illius, & animæ simul exercitationis, quod in Timæo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus præ robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendum subjiciat : id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus recte institutis rebus publicis summopere damnatam, atque ignominiose explosam fuisse, Galenus sæpius prædicavit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis judicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut ejus natura *eximie* (ut ajunt) æstimata, & exercitationum, & in vivendo, ac conversando athleticorum morum pravitatem cognoscere, cognitam detestari, atque evitare liceret.

CAPUT II.

De ambulatione.

Quantum commodi humanæ huic vitæ deambulatio præstet, satis aperte sapientissima natura demonstravit, quæ mirifico quodam artificio, singularique, & prope divina providentia nobis pedes non ob aliud fabricavit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere valeremus. quod cum prædo ille circa Coracisum Pamphiliæ animadvertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua vitæ munia plene honesteque obire valerent, pedes illis, sicut refert ^a Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo, quam veluti necessariam, atque in primis commodam sive natura, sive Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adjuvanda sit, nullus non videt; eo præsertim, quod si ullæ exercitationes corporis inveniuntur, quæ valetudinem conservare, imbellicitatem à morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare valeant, quæque apud omnes homines, omnesque nationes in frequentiori usu sint, una profecto existit deambulatio, quam non modo medici præcipuam eorum gymnasticæ partem effecerunt, verum etiam antiqui omnes usque adeo æstimarunt, ut inter cetera privatis exercitationibus destinata, & in gymnasiis, & extra loca, nullius majorem curam gessisse, nullique magis studuisse videantur. quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exædificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) ^b Vitruvius quantopere in deambulacris fabricandis invigilandum censuerit, unusquisque ex ejus scriptis facile comprehendit: ego certe ante, & post Vitruvii tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quæ omnia apud metribus generibus completuntur, quia vel *porticus* erant, vel *subdiales* loci, vel *subterranei*. Porticus enim quandoque theatri, quandoque templis, & illustrium virorum domibus adungebatur, ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit ^c Galenus, quandoque

^a 3. de usu
partium
cap. 5.

^b lib. 5. c. 9.

^c 5. de tuenda
val. cap. 11.

solæ & separatæ extruebantur, quales plurimæ Romæ olim fuerunt, quarum vestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ovidius:

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro 11. Elegia. xxx11.

*Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulais nobilis Attalicis.*

& libro 14.

*Tu neque Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lascivum sternet arena forum.*

Martial. lib. x1. epigr. XLV111.

Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poëtarum verbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exædificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoque locos ad deambulantium tam commoditatem, quam jucunditatem majores nostri extruerent, atque illos modo arboribus confererent, modo nudos relinquerent, præter Vitruvium, qui eos in gymnasiis & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoque sunt xyſta illa à nobis superius declarata, & præcipue deambulatorium illud Atheniense in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit * Plinius, & ad cujus imitationem Alexandrum Severum *nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse* existimo, Subterraneos vero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id *hypogæos* Hegesippus & Petronius vocarent, haud vero dissimile videtur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum lux creverat, fieri potest, ut una cum innumeris aliis blandimentis excogitati sint ad vitandas æstivi caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undique parietibus tectas,

* lib. 12. cap. 1.

testas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes à ventis, & à reliquis aëris injuriis læderentur, qualis hodie Romæ in viridario Vaticano visitur, & quales fuisse illos verisimile est, quos se inter ruinas villarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo vidisse, testatus est nobis Ligorius; quosve ^a Plinius Cæcilius in villæ suæ Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus verbis depinxit. De his Varro apud Nonium. *Non vides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum jacere à pariete, aut Euripis, ubi ambulare possint?* Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum temporum mutationes varios locos habere, quibus citra valetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum *ambulationem etiam pensilem primum omnium Gnidi fecisse*, refert Plinius lib. xxxv 1. cap. xi 1. Nam athletas ambulationibus nunquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inserviebant, unquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasiis athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem ^b Xenophon & ^c Vitruvius *xystum* vocatum scribunt, vicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos. sed alios in xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consuevisse: nisi dicamus athletas quoque post vehementes exercitationes ambulasse, atque illam ambulationem apud medicos *ἀποθεραπείαν* vocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotheraπia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiæ studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam ejus mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere adjumentum effatu dignum præstare videtur, nisi ^d Vegetius edocuisset valde militibus futuris ex usu esse, *ut assiduo exercitati ambulare celeriter, & equaliter discant*, atque ob id veterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augustini, atque Hadriani constitutionibus præcautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur am-
 quatulum, & non solum in campis, sed etiam in clivosis &
 arduis.

^a Lib. 2. Epist.
17. & lib. 5.
Epist. 6.

^b Lib. 1. de
administrat.
domest.
^c Lib. 5. cap.
11.

^d Lib. 1. de re
mil. c. 9. &
penult.

^a 3. de usu
partium.

^b In Oeco-
nomia.

^c Cælius Au-
1el. lib. Chron.
2. c. 3.

^d 2. de tuend.
val. cap. 2:

arduis locis descendere atque adscendere cogrentur, quo nulla res vel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit vero hæc exercitatio multas species tum à natura illius, tum à loco, tum à fine desumptas; à natura quidem, quoniam, cum ambulationem definierit ^a Galenus ex crurum motu ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulario, aut erat magna, vel parva; aut velox, vel tarda; aut vehemens, vel remissa: à loco autem variabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasiis, modo extra urbem, quemadmodum Phædrus & Prodicus apud ^b Platonem faciebant, necnon Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus servum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo arenosis, quos pro paralyticis ^c Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male commendabant, modo æqualibus, modo inæqualibus, modo longis, modo brevibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Aristoteles in v. probl. partic. A fine demum accipiebantur deambulationes, nempe quando velut auxilia sanitatis ac boni habitus adhibebantur, vel ad corporis recreationem peragebantur. postquam enim graviores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem tanquam à contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta ac vomitiones, atque universum hoc exercitationis genus *ὑπογυμνασία* appellabant: quamquam etiam gymnastæ in mediis laboribus, potissimumque in iis, qui graves vocatas exercitationes obiissent, apotheraia interdum utebantur, quod ^d Galenus summeperere laudandum iudicavit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad excitandam sitim ambulatione usos esse. nam in lege Mænia ita scriptum erat: *Exercebam ambulando, ut siti capaxior ad cenam veniret guttur.*

CAPUT III.

An erectum stare sit exercitatio.

Qui rerum ipsarum naturas leviter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuique dissimilius esse, quam pedibus erectum stare judicarunt. At quoniam profundius quærentes in hanc sententiam eunt, erectos scilicet pedibus stantes si non ambulant, saltem aliquo pacto moveri, proptereaque statum hujusmodi ab exercitationum censu excludi minime debere : ideo etiam de hoc sermonem facere decrevi ; eo præsertim, quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, videlicet, quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum existere, cui motui statum plane contrarium esse : præter ceteros « Plato ^{4 In Sophista} ubique prædicat, dum inter prima rerum principia statum & motum veluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime allucinari facile convincitur ; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moveri sensibiliter nullo modo videantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moveantur, certissime persuadet. Nam & multorum veterum sententia fuit, non quæ moveri videantur, ea moveri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quæ nihilominus moveri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aves etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum volitant, in motu esse censentur, quam dum in aëre locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur, quia si avis quæ stare in aëre immobiliter videbatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa ave manucondiata, quam nisi mortuam in terris videri, & vivam semper in aëre manere ferunt) non ob aliam profecto causam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicujus ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea privatum corpus, atque naturæ suæ dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturæ suæ inclinationem

tionem sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrariis agitur, altero corporis deorsum à natura acti, altero animæ sursum contra naturam corpus moventis. Idem ferme evenit in hominibus erectis stantibus, quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente, motus quidam sensui manifestus suboritur, cujus indicium illud habetur, quod si anima à corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cujus beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum elevatum continebat: ut his rationibus omnino cuius persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob continuos & contrarios animæ corporisque obnixus aliquo pacto moveri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & à terra attollentes, erigentesque vehementer intendi: cujus intensiois, atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare majorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti præclarissime à Galeno scriptis mandatum est. Neque Plato, ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contrarium collocavit, vera prorsus locutus est, cum Aristoteles v. Physicorum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrarium esse demonstraverit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque divinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur; erectos stantes aliquo pacto moveri, atque interdum non modice laborare, consentaneum videtur, ut non ob id status ab exercitationum ordine removendus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationem mereatur, quinimmo sicuti quamplures motus, qui sanitati & bono habitui conferre judicantur, etsi vere ac proprie exercitationes non sint, communiter tamen esse à nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere alias prædicavit, stare & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere voluerit, dum corpus sursum vel sedendo, vel

stando

Lib. de tre
& rig.

stando detinetur, musculos magnopere contendere, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod à Cælio in epilepsiæ curatione *stans exercitium* vocatur. Num vero antiqui gymnastæ inter alias corporum exercitationes hujusmodi statum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletæ enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores recti stantes sese ceteris à loco dimovendos ostentandi roboris gratia præbebant, vel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi verisimile redditur. Quod quæso certamen in stando solum effectum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificiis, vel alio modo amphitheatris, aut stadiis inserviret, ut horum gratia athletas sese exercere, vel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud, nisi ut amphitheatra illa lignea majorem hominum multitudinem capere valerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisque sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum, nec non aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. crevit, mox P. Scipione Nasica censore Senatusconsulto cautum, ne cui in urbe, propiusve mille passuum subsellia posuisset, sedentive ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesque Jovi sacrificarent, quemadmodum Valerius a Martialis de quodam scribit:

*Multis dum precibus Iovem salutat,
Stans summos resupinus usque in ungues,
Æthon,* —————

minime ad athletas in sacris certaminibus, vel in celebrandis sacrificiis ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiore & æquiore causa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, sive jacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus sæpenumero contingere consuevit) ca-

* Actu. 3.

perentur, sed attente simul ac vigilanter diutius in adorationibus perseverarent : nisi dicamus illud pariter veteres effecisse ad præstandam Diis ipsis reverentiam majorem. Nam multa hujuscemodi pro majoribus reverentiæ signis apud majores nostros habebantur, quæ hodierna die secus reputantur, veluti cooperto capite sacrificari pro maxima reverentiæ significatione habebatur, ut in Romanis problematibus scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud * Plautum insinuat dicens : *Quis hic est, qui operto capite Esculapium salutat ?* cum detecto capite semper ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demonstratione reputabant, sicuti nos genuflexum : quamquam & Pythagoras, vel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo voluit, quo sic vota rata firmaque esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificiis statu uti consuevisse, argumentum est. Bellicæ similiter disciplinæ amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi valde rationi consentaneum videtur ; si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto necessaria, quam alteram militarem virtutem aut efficere, aut adjuvare queat erecta statio, nusquam video, præterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere præceperunt ; tametsi Flavium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus *imperatorem stantem mori oportere*. Verum enim vero medicorum gymnastas tam sanos, quam valetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, nunquam negarem ; quoniam plurimos usus tam ad conservandam sanitatem, quam ad præstandum cruribus robur habere conspicio : dum enim muscoli omnes contenduntur, & corpori anima obnitens laborat, utrique validiores efficiuntur, interim quoque humores & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibique in ventriculi fundo, ubi perfecta concoctio absolvitur, honestius accommodantur. ex quo conjicio, hoc unum exercitationis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non minus ad accommodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitant-

tandum nativum calorem, somnumque prohibendum valet, sicuti vulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod *à prandio standum à cena ambulandum* sit, comprobare videtur. Illud vero hoc in loco præterire nollo; differre, quisne erectus sub sole stet (*ὑπερεστῆναι* vocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur, nisi eam, quam ratione status oriri demonstravimus; at illi, qui sub sole perstant præter jam dictam alterationem, non parum à calore solis mutantur: nimirum cum ^a Aristoteles scripserit, ipsos etiam vehementius incallescere, quam illi qui moventur, quod ipsi ea aëris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur, ne taceam medicos, à quibus febres ex hujuscemodi sub sole statu generari creditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo ^b Plinius Cæcilius memoriæ mandarit, avunculum suum Plinium, alioqui in vivendo solertissimum, *post cibum sæpe, quem interdum levem & facilem, veterum more, sumebat, æstate, si quid otii, in sole jacere* (quod ego stare interpretor) consuevisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuvii concrematione interiret, *sole usum, frigidam bibisse*. Non est præterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamque nostram, qua post cibos veteres stare consuevisse judicavimus, ita interpretandam esse, ut sola hæc exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non extiterit, cum quisque apprime cognoscere valeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, sive sani, sive valetudinarii, posse aliorum loco, si non æque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conservatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione levi diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquæ, quas inferius demonstrabimus, conditiones observentur.

^a 5. partic.
[rob. 36.]

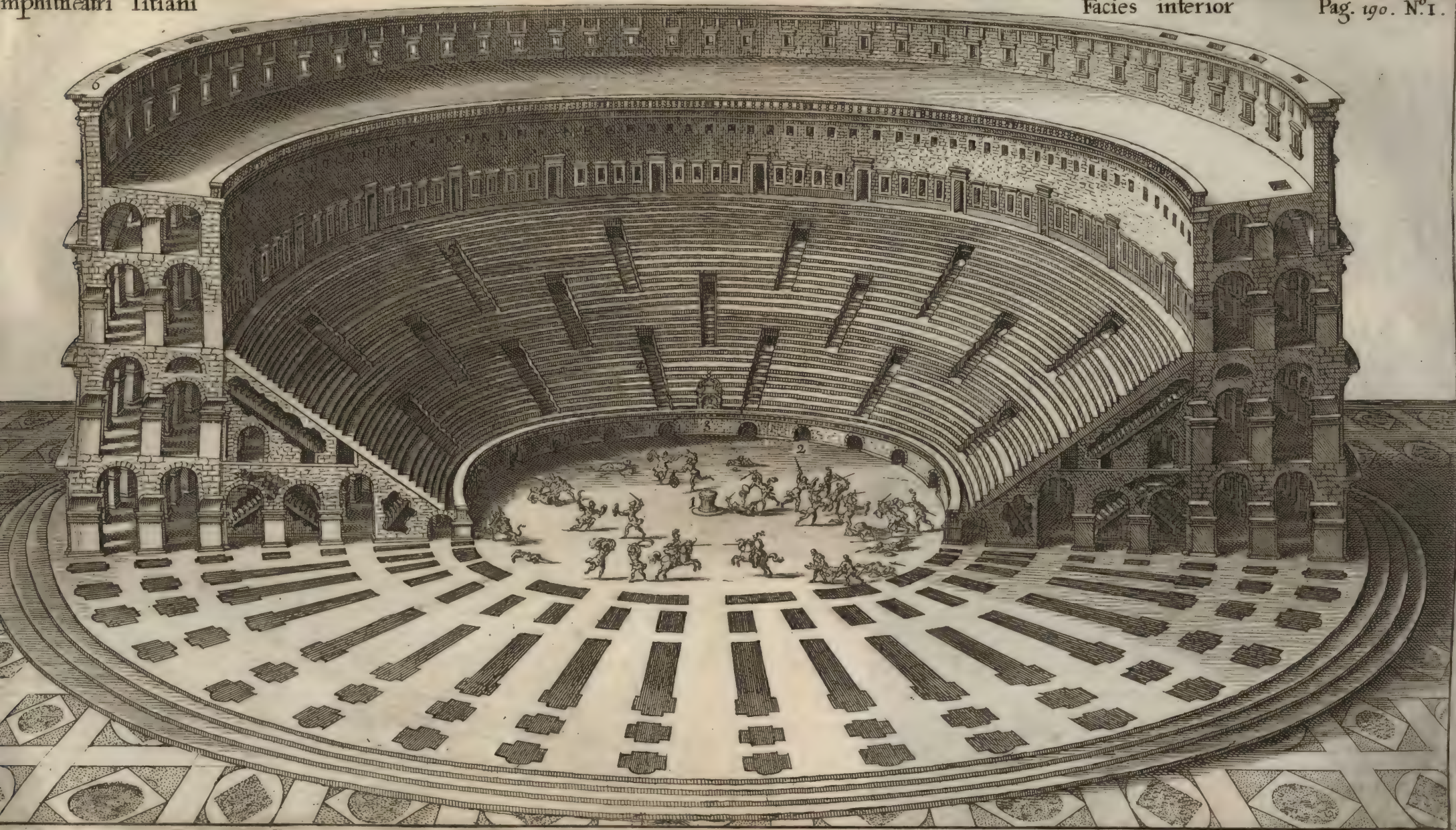
^b Lib. 3. epist.
5. & Lib. 6.
epist. 16.

CAPVT IV.

De pugnarum generibus.

QVamvis pugnae nomen apud Latinos atque Græcos scriptores multa significare comperitur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi *exercitatio quædam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, vel* ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, vel ut in ludis, * Amphitheatris, atque aliis publicis

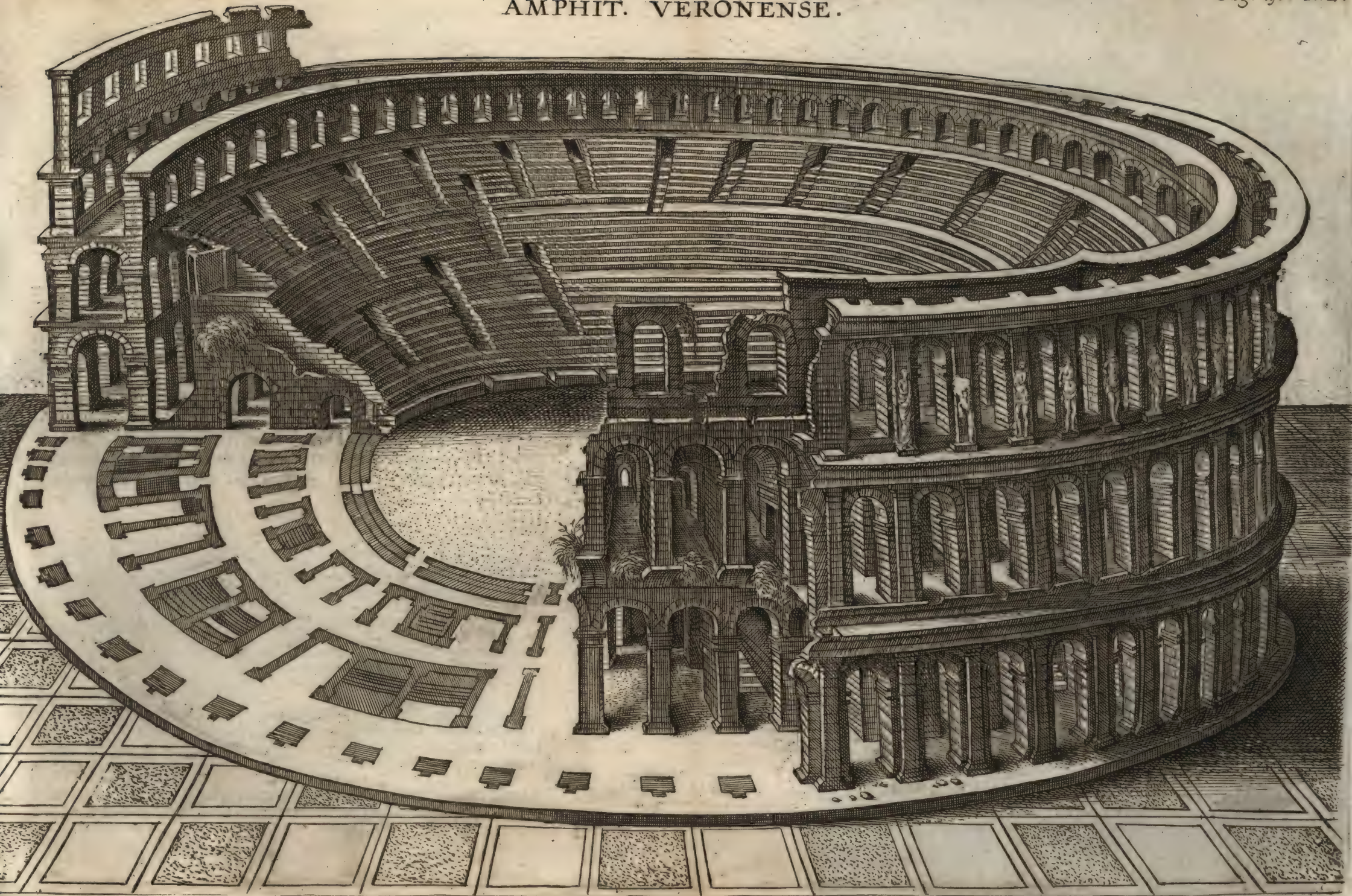
* Hactenus pluribus in locis à Mercuriali nostro facta est mentio Amphitheatrorum, nunc speciali hoc capite diversa pugnarum & certaminum, quæ in illis committi solebant genera exequitur. Sed enim cum non defuturos arbitremur, quibus volupe sit, vidisse partes & formam Amphitheatrorum, omnia breviter & succincte hic adumbrabimus, id tantum monuisse contenti, Amphitheatrorum nomine apud Romanos designari locum spectandis certaminibus & ludicris dicatum. Alii à parte operis interiore concava, loco *Caveæ* nomen indiderunt: alii *Arena*: etenim cum in tam frequenti & copiosa sanguinis effusione facile fieret, ut lubricam redderetur solium, ab arena petiit remedium, quæ, ut naturaliter est bibula, & absorbere effusum humorem, & renovari per intervalla ludorum facili negotio poterat. Hi sin anteceßum majoris lucis ergo præmissis, en tibi Lector benevole Amphitheatrum à Vespasiano ex Tiburtino lapide in ipso urbis meditullio extructi, à Tito dedicati, & à Domitiano exornati formam & faciem, cujus rudera ut nos anno M DCLX Romæ non sine stupore vidimus, ita cunctis superiorum temporum historiam legentibus documento esse possunt, quam nihil in rebus humanis perpetuum sit. Porro orbis illius circuli oblongi, seu ut planius loquar, ovi formam refert, & si P. Victori fides, gradus amphitheatrum vel graduum pulvilli supra octoginta septem spectatorum millia capiebant. Quod si ambitum superiorem & circumjectas porticum figuras respiciamus, illustris viri Justii Lipsii iudicio denis adhuc vel vicenis hominum millibus, sive stantibus, sive allatis cathedris sedentibus locus erat. Univerſa machina quatuor constabat ordinibus, Dorico, Ionico, Corinthio, & Composito, omnibus ita dispositis, ut tardius adventantibus accedendi, & citius abeuntibus recedendi facultas sine aliorum incommodo daretur. Area Amphitheatrum tota libera erat, nisi quod in ea alibi ara cernebatur, Jovi Latari sacra, ad quam mactatio statâ & horrenda unius ex bestiariis. Sub ipsa area cloacæ subterranea, per quas in usum Naumachiarum occulte & subito inductas & eductas esse aquas idem, non sine multa honoris præfatione nominandus Lipsius existimat. Ceterum ex eorum numero, qui cum bestiis pugnant, vel ad bestias, ut ajunt, damnabantur, Christiani erant, & hoc mortis genere obiisse S. Ignatium, fortissimum illum Christi martyrem, & S. Johannis discipulum constans fama est. Quicquid porro huc spectat, suis, ut à Lipsio annotatum est, numeris hic designatur.





AMPHIT. VERONENSE.

Pag. 190. N.º 2.





publicis certaminibus, spectatulisque coronas victoriæ consequerentur, populumque oblectarent: vel ut optimum corporis habitum, atque sanitatem ipsam acquirerent, tuerenturque. Hos apud Euseb. viii Histor. Ecclesiast. cap. xvi. μαχήτας nuncupatos existimo, ut ii, qui pugiles eo in loco transfulerunt, inepte fefellerint. Quomodo vero efficeretur, quoniam satis quisque ex se conicere valet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud solum prætermittere nolo, apud Oribasium duplicem pugnam in medicinæ gymnastica extitisse: alteram cum telis semper, alteram plerumque sine telis, quam σιαμαχίαν Græci, *umbratilem pugnam* vocarunt nostri. telorum pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, vel incidentibus & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomen antiquitus utraque sortita fuit, & à Cælio Aureliano *hoplomachia*, hoc est armorum ficta confrixio vocata, nec non ad diminuendam πολυσπερίαν laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo adversus umbram, & brachiis, & cruribus pugnabat, præter Platonem, qui & in Apologia, & alibi σιαμαχεῖν de pugnantis sine adversario dixit, auctor est Oribasius, qui ex Antylli sententia tradit, ita certantes consueisse non solum cum umbra manibus atque cruribus pugnare, verum etiam adversus columnam, & adversus palum, de quo fecit

a 5. chro. pa.
c. p. ult.

1. *Ara*, quæ sacra Jovi Latiari.
2. *Portule*, per quas immittæ in Arenam bestię. Eas clausas januis fuisse credimus: non solum ad belluas, ne egressus pareret jam solutis; sed etiam ad aquas coercendas, cum iis Amphitheatrum impletum. etsi januæ tunc fortasse magis compactæ addi pro tempore potuere.
3. *Podium*, cum suis columellis: & in medio suggestus Imperatoris.
4. *Præcinctio*, sive Diazoma, id est, gradus altior & latior: cujus generis tres fuisse in theatris Vitruvius docet. Sed in eo numero videtur etiam prima præcinctio collocanda, quæ ad ipsum podium. Itaque sculptor noster unâ amplius expressit. Ambigo etiam, an non aliæ præcinctiones ornata columellis suis fuerint, uti podium ipsum.
5. *Vomitoria*, sive aditus. id est, portulæ quædam quadratæ in ipsis gradibus, per quas in sedilia disfundebantur. Ad eas, minuti illi gradus scalares, ut per eos quisque ad destinata subsellia sua iret. Spatium medium inter Scalares binos; *Cuneum* vocamus: quia quodamtenus ea forma est, ut in acie instruenda Cuneum item vocant.
6. *Foramina*, ad transmittendos majos, quæ pauca hîc expressa; sed tamen ibant in orbem: & externe à mutulis quibusdam mali sustinebantur.

^a Sat. 6. vers.
246.

^b 7. de leg.

^c Probl. 10.

^d 1 Corinth.
cap. 9.

^e 2. Probl.

fecit mentionem ^a Juvenalis, aut murum, nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tanquam salientes, interdum, tanquam pedibus cedentes, id quod tunc potissimum veteres facere consuevisse opinor, quando antimachus, sive adversarius decrat, sive quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimum quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis quibusvis adversum alterum contendere solent, Primum enim illud innuisse videtur ^b Plato, ubi dixit: Καὶ ἐπὶ πάντων, ἢ τε ἐμψύχων, ἢ τε ἀψύχων ἀσπασσώμενοι ποτε, ἐξημέρα συγυμνασῶν, ἀρετὴ γὰρ ἐκ ἐτολήσεως αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτὰς ὄντως σπιαμαχεῖν: hoc est, *Si omnibus animatis & inanimis careamus, nunquid nos ob eorum, qui nobiscum exerceantur, inopiam adversus nosmetipsos vere umbratili pugna certare audebimus,* & post ipsum ^c Plutarchus in VI I. Probl. convivialium: Ἀλλ' ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἷός τε ὄντας ἤδη σπιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἰδωλά: id est, *Sed video, ait, vos jam umbratili pugna adversus idola certare paratos.* Neque vero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnasse (quasi id ridiculum sit) affirmarim; quoniam etiam hisce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, adversus aërem pugnis, brachiis, armisque certant, vel quando adversarius abest, vel quando à nemine videri amant. De hac ^d Paulus Apostolus loquens dixit: Οὕτω πυκνῶς, ὥς ἐκ ἀέρος δέων, id est, *Ita pugnis certo, quasi aërem non cadens.* Jam vero non minus telis, quam pugnis & brachiis nudis hujuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hæ itaque fuerunt duæ pugnae species, quas majores nostri exercitationum loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica extaret, quæ inter alias exercitationes hanc non receperit. quod enim athletica vetustissimis usque temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimum testem ^e Plutarchum habemus, qui in v. Sympos. scriptum reliquit, antiquitus monomachiam, aut singulare certamen in Pisa civitate, & in Elide Peloponnesi regione juxta Alphæum fluvium, circa quam quinto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpretes testatur, alternis olympiadibus, sive mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Iovi sacra celebrabantur, usque ad mor-

tem

tem devictorum, cadentiumque jugulationem procedere consuevisse. Præterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morem retinuisse, ut æstatis tempore monomachias vocatas exercerent, quas ne quis credat soli Græcorum nationi proprias extitisse, adeundus est ^a Athenæus, qui in 1v. Deipnosophist. auctoritate Nicolai Damasceni philosophi peripatetici refert, *Romanos monomachorum spectaculo non modo in festis atque amphitheatris, verum etiam in conviviiis à Tyrrhenis consuetudinem mutuatos adhibuisse*; quamvis Romani non monomachos, sed gladiatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulii Cæsaris ætate in foro novissime pugnasse, quosque pugnautes Smaragdo Neronem spectasse scribit ^b Plinius. Hi quoniam artem plurimis absurdis plenam exercebant, ut à ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breviter exponam. Nam illud primum detestandum plane habebant, quod certantes quam gravius poterant, sese ferire studebant, & non solum (quod scripsit ^c Scribonius Largus, qui Tiberii Cæsaris, & Messalinæ ætate medicinam Romæ exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur; sed etiam non raro usque ad alterius, vel etiam amborum pugnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum, præter Athenæum, atque Plutarchum, Galenus quoque testatur, qui se gladiatores graviter vulneratos curasse, & ob id à suæ civitatis pontifice in eorum medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est ^d Gellius, *gladiatori composito ad pugnandum pugna hanc propositam sortem fuisse, aut occidere si occupavisset, aut occumbere, si cessasset*. ut id verum putare debeamus, quod Marc. Tullius. 11. Tusculanarum quæstionum memoriæ mandavit, *athletas etiam vulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quærerent, quid vellent, si satisfactum iis esset, se velle decumbere*. nam usque adeo mortem ac vulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec vultum mutarent, huiusmodi vero nefandas hominum cædes cum sustinere oculis non posset optimus Imperator Antoninus, narrat Dion eum edicto cavisse, ut gladiatores non acuto ferro, sed obtusis gladiis, & terebibus dimicarent, quod hodie faciunt, qui pugnandi arti discendæ operam navant. Secunda turpitudinis species,

^a Cap. 13.^b Lib. 15. c. 18.
& lib. 37. c. 5.^c Composit.
med. 101.^d Lib. 7. c. 3.

^a lib. 18. c. 7.

^b Primo de
alim. fac. c. 19.

^c lib. 28. c. 1.

^d lib. 2. epist.

^e lib. 35. c. 7.

qua monomachiae hujus professio notabatur, fuit ciborum genus, siquidem ^a Plinius memoriae prodidit gladiatores *hordearios* vocatos, quia antiquitus hordeo victitabant, sicut post Plinium ^b Galenus eosdem & faba & pitana vesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinem ex vulnere adversarii bibere, tanquam iis ad confirmandum animum, & vires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit ^c Plinius. Itaque de his praeclare admodum sic à ^d Cypriano declamatum est. *Paratur gladiatorius ludus, ut libidinem crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & à ruina toris membrorum moles robusta pinguescit, ut saginatus in pœnam carius pereat. Homo occiditur in hominis voluptatem; & ut quis possit occidere, peritia est, usus est, ars est; scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, quid acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris objiciunt, quos nemo damnavit, atate integra, honesta satis forma, veste pretiosa viventes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres, frater in cavea, & soror presto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplifcet, ut mœroribus suis mater intersit: hoc, pro dolor! mater & redimit, & in tam impiis spectaculis, tamque diris esse se non putant oculis parricidas.* Haftenus vir ille Christianus, cujus orationem hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis pravitatem ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen pravitate illud mihi valde turpius existimare in mentem venit, quod & reipublicae, libertatis, & imperatorum temporibus rari fuerint sive nobiles, sive ignobiles, sive consulares, sive imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio & scævitia plena libenter, atque maxima cum voluptate non intuerentur. Numquid autem cujusvis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps valde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod ^e C. Terentius Lucanus, auctore ^e Plinio, *gladiatorum triginta paria*





paria in foro per triduum avo suo, à quo adoptatus fuerat, de-
derit, quod venales essent, & tria illa nefanda à nobis prædicta
profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum
ignobilissimo simul ac impurissimo genere, veluti servis ex-
titisse. Ex altera parte cum ^a *Galenus referat, sacerdotes mo-*
nomachiam exercere solitos, cum Athenæus scribat illu-
stres viros, atque duces monomachiam exercuisse, cum ^b *He-*
rodianus, atque Iulius Capitolinus Commodum imperatorem
gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta im-
peratoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant, cum
tradant ^c *alii imperatores ad bellum profecturos munus gla-*
diatorium ac venationes edere consuevisse, ut civium sangui-
ne sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, id est Fortu-
næ vis quadam expleret, vel ut insuescerent milites vulnera,
atque cædes inspectare. qua item ratione Solon apud ^d *Lucia-*
num narrat legem Atheniensibus fuisse, ut juvenes cothurni-
cibus sive qualeis, ac gallis pugnantibus spectandis studium im-
penderent, quo illi, volucres usque ad extremam virium de-
fectionem rostris certantes intuentes, ad fortiter subeunda pe-
ricula, & contemnenda vulnera, ne avibus ingenerosiores ap-
parerent, inflammarentur, cujus studii mentionem quoque
fecit Æschines contra Timarchum, & Columella libri octa-
vi capite secundo. Cum inquam hæc omnia mente contem-
plor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando, tum igno-
biles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam pu-
gnandi speciem exercuisse: quando etiam apud ^e *Athenæum*
reperio, nonnullos testamento cavisse, uti pulcherrimæ etiam
puellæ monomachorum instar decertarent, aut qui in deliciis
fuisent impuberes. Sed gratiæ Deo Immortali sunt haben-
dæ qui ad abolendum hujusmodi nefandum morem quoque
principes impulerit, quod primum ab Honorio imperatore
factum esse perhibet Theodoretus cap. xxvi. lib. quinti hi-
storiæ ecclesiasticæ. Atque ex his clare patet, armorum acu-
torum pugnam inter athletarum exercitationes adnumeran-
dam esse. quos sciamachiam quoque interdum, sive umbrati-
lem pugnam exercuisse, inde satis conjicere possumus, quod
Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilato-

^a 3. de trac.^b Lib. hist. 1.^c Spartianus
in Pupteno:
& Albino.^d In Anach.^e Deipnosophi:
4. cap. 13.

rīam, quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut ^a Pausanias narrat, tradatur: nisi certius comprobarent illud hæc ^b Dionysi in libro de divinis nominibus verba: Ὅπερ ὁ σοφὸς ἐκ ἐνοήσεως μιμῆται τὰς τῶ ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἱ πηλάκις, ἀδελφεὶς εἶναι τὰς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, καὶ τὸ δοκῆν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς δρόντας, αὐτὰς ἀνδρείως σκιαμαχεῖντες, οἴονταί τῶ ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρητικέναι: Id est. *Quod sapiens minime intelligens inexpertos vincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis videtur, necnon adversus eos absentes fortiter umbratili pugna certantes adversarios ipsos vicisse putant.* Habuit & athletarum gymnastica pugnae adversos palum exercitationem: cum ^c Vegetius scribat, *palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum victores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati.* Hujus meminit quoque Plato VII. de Legib. Aristoteles in Polit. & Iuvenalis Satyra VI.

^a Eliacorum
6.
^b cap. περὶ
δυνάμεως.

^c lib. I. de re
milit. cap. II.

— Aut quis non vidit vulnera pali,
Quem cavet assiduis sudibus, scutoque laceffit,
Atque omnes implet numeros.

Ad hæc bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & à ^d Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quædam hujusce exercitationis monstravit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos à nobis desiderari omnes docti sciunt. quamvis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumque in usum venisse. Quod enim hujusmodi concertationes maximam ad belli peritiam utilitatem præstarent, nemo qui hisce temporibus eorum professores spectaverit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione præposuerit, in ipsisque mulieres & viros elaborare voluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuisse, quam ^e Hermippus Mantiænos invenisse & Cyrenæos æmulatos esse scribit, ego ferme credo:

^e Athenæus
lib. 4. cap. 13.

^d de Legibus.

credo: sicuti similiter existimo, quam *scrimiam* vulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam, ut Budæus in Comment. ad Pandectas, Guljelmus Choulus & alii nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia videtur, quando in Lachete scripsit, juvenibus conducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior hæc est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere invicem simulantes, quandoque etiam re vera ferientes, & plagarum inflictiones, & aversiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Jam vero omnium frequentissime pugnam adversus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant, quam exercitationem ita factitatem scribit ^a Vegetius, quod *a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminent: contra illum palum veluti contra adversarium tyro cum crate & clava, tamquam cum gladio se quisque excercebat, & scuto: ut nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc à lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, assultaret, insiliret, & quasi præsentem adversarium, sic palum omni impetu, omni bellandi arte tentaret. Exerceamur ad palum* ait Seneca Epistol. xvi. Quomodo autem medicina gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitaverit. Is quidem veteres Græcos haudquaquam armorum pugnam pro valetudinariis in usu habuisse, sed duntaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quæ pro sanitate excerceretur, invenisse, quos idoneis quibusvis locis, rudibusque telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia invexisse verisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastæ munera etiam armorum exercitationem, tamquam bono corporis habitui conducentem, recenscat. Nam gymnasticos tam armorum, quam umbræ pugnam, proposita sanitate, usurpasse, satis clare monstravit Galenus, ubi ad exercenda brachia atque crura

^a lib. 1. de re milit. c. 11

^b Collect. med. cap. 36.

^c 2. de tuend. va. cap. 11. & 12.

Lib. 8. in
malum medi-
cum.

sciomachiam commendavit, hoplomachiam vero à Demea inventam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis peragebant exercitationem, *hoplomachiam* vocatam fuisse, præter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, verum etiam Cælius Aurelianus, ut paullo ante demonstravimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam prave exercentem, sive potius adversarium graviter, & præsertim in oculis ferientem, hisce versibus carpit.

*Hoplomachus nunc es, fueras ophthalmicus ante;
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus.*

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuivis esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbræ in omni gymnasticæ specie locum habuisse. Jam ad alias, quæ restant enarrandæ, antiquorum exercitationes, transeamus.

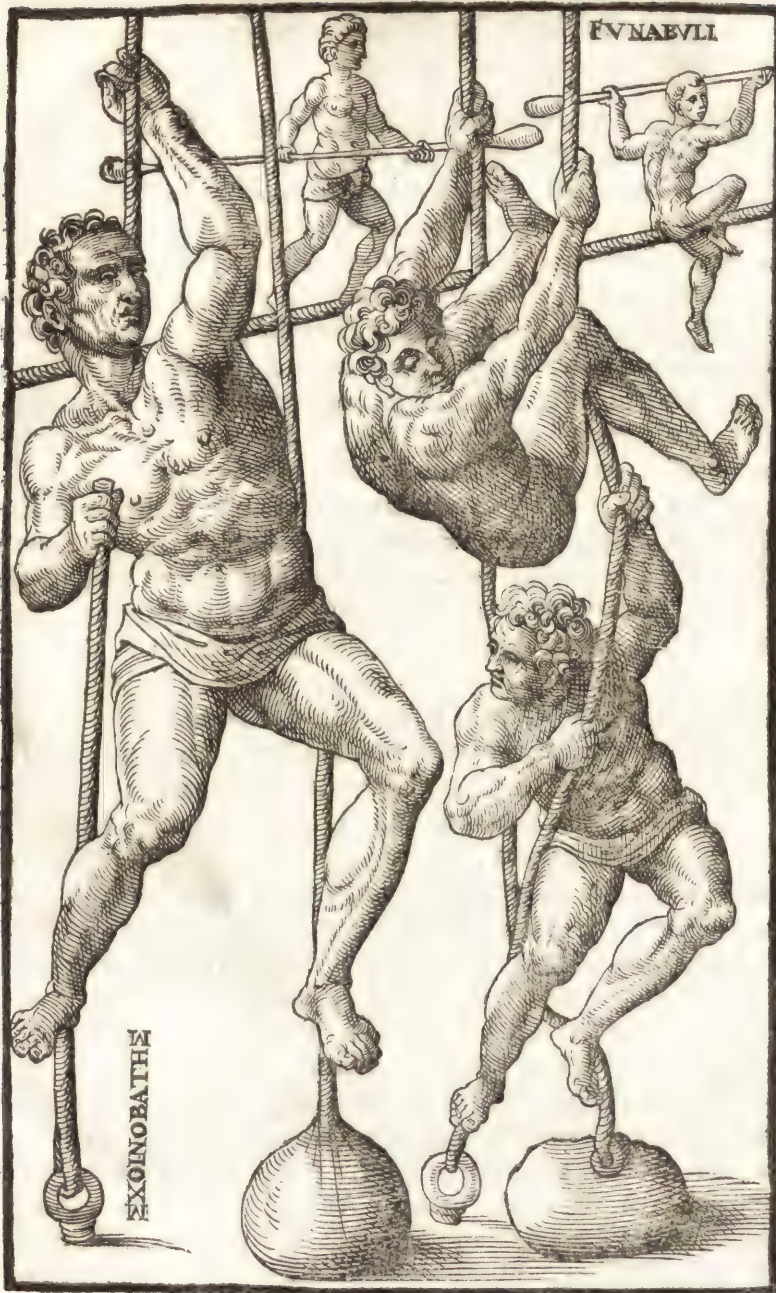
C A P V T V.

De nonnullis aliis exercitationum speciebus.

PRæter exercitationes, quas jam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicavimus, multæ aliæ exitere, quæ licet ubique locorum, prout temporum & hominum variæ occasiones postulabant, agerentur, præcipue tamen in gymnasiis effici consuevisse, Galenus sentire videtur. Eæ vero sunt τὸ διὰ χοινίης ἀναρριχᾶσθαι τὸ ἀκροχρεῖσθαι, τὸ ἐμπλεθεῖν, τὸ πυπλίζειν, id est, *per funem adscendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pytilissare*. Quomodo sese per funes adscendendo exercerent, sine labore cognosci potest ex hac, quæ in sculptis gemmis veterum spectatur, descriptione. Vnde jure similem exercitationem inter vehementes Galenum reposuisse colligitur. nam funambulos, *σχάνοbatas* à Juvenale Satyra III. vocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem vagantur, etiam veteres ad populum oblectandum adhibuisse, non modo ex prædicta icone recognoscitur, verumetiam Terentii in Hecyra locupletissimo hoc testimonio confirmatur:

¶ In prologo
primo.

Ita



*Ita populus studio stupidus in funambulo
Animum occuparat. ———*

Funambulis non admodum dissimile fuit genus id ludi, quod apud Hesychium & Pollucem *παπάδα* vocatum invenitur, in eo enim *trabs* solo *depacta* erigebatur, in cuius summo foramen erat, per quod funis trajiciebatur ex una parte funiculi, alter aversus circum ligabatur, alter ab altera trahebat, sique trahens socium, usque ad summum traxerat, protinus victor demunciabatur, sin alter resistens minime se trahi sinebat, penes ipsum victoria judicabatur. ἀκροχαιρίζεσθαι non defuerunt, qui luctæ partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores, primoribus tantum digitis insertis, periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire unus Galenus fidem facit, qui in II. de tuend. valet. cap. VI. statim luctam ab acrochirismo disjungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quædam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec adversarius deficeret, perdurans. Hac athletæ perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum revocabant, siquidem apud ^a Pausaniam legimus, Sostratum cognomine *Pancratiastem* in hujuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχαιρίστω quasi per excellentiam nominatum, cum adversariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitteret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriæ invigilabant, interdum ἀκροχαιρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora & agilia simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro valetudinis studiosos huic exercitationi operam navasse, & ^b Galenus & Paulus ^c Ægineta concorditer asserunt; Hippocratem, sive Polybum secuti, qui in libris de diætâ acrochirismum variis corporis affectionibus commendavit. Quid autem fuerit τὸ ἐκ-
πλεθρίζειν, tam ^d Galenus, quam ^e Avicenna Arabum omnium doctissimus explanavit, dum uterque verbis plane iisdem scripsit, *ecplethrissare*, fuisse, cum in *plectro*, id est in *sexta parte* *stadii*.

^a 6. Eliacor.

^b 2. de tuend.
valet. cap. 11.
^c Lib. 2.

^d 2. de tuend.
^e valet. cap. 10.
^f Lib. 1. Fen
^g 3. doc. 2. c. 2.

stadii, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque sæpe in utramque partem sine flexu cursitans, unoquoque cursu breve quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, vel, ut dixit clarius Avicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πτωλίζεν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit ^a Politianus, quem alioquin eruditissimum, toto cælo aberrasse, facillime ex Galeni ac Avicennæ oratione convincitur, à quibus pitylissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, vel stans, ut sentit Avicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime movisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest ^b Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quæ manibus in altum sublatis efficiebantur, vetuisse, ne quis laborando consuesceret defatigari. de hoc item locutum esse ^c Juvenalem arbitratus Scaliger legebat.

^a In Misc.

^b In vita Lycurgi.

^c Satyr. 11. vers. 173.

Qui Lacedæmonium pitylismate lubricat orbem.

Sed nos aliter ^d superius legendum demonstravimus. Præter hæc enumerantur aliæ exercitationes à ^e Galeno, veluti si cuiuspiam alter jussisset, ut se violenter detraheret inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alios convellere se movereque e disco inuncto, super quem erectus manebat, (ut ex sequente pictura apparet) mandabat, inter quas etiam reponi potest id, quod de eodem Milone narrant ^f Galenus & ^g Ælianus, quem referunt manu punicum malum adeo arte tenere solitum, ut illud à nullo præterquam ab ipsius amasia eripi posset, nempe quæ ea in decertatione sæpius cum ipso sese exercuisset; quamvis enim hæc potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur; quemadmodum item, cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipse medio comprehensus manibus digitisque pectinatim junctis, aut quem complectebatur absolvere sese jubebat, aut ipse se à complectente solvebat. Ita quoque

^d Lib 1. c. 10.

^e 2. de tuenda valetud. cap. 9.

^f Loco citato; ^g 2. var. hist. cap. 24.



si quis alterum, qui ipsum versus se inclinabat, à latere aggressus illa manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum invicem protendebat, reducebatque, ac magis, si dum gestabat ipse, nutu renutuque corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui à cervicibus pendentes deorsum trahebant, ac alii multi ab Avicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum variæ roboris jactationes, quam exercitationes per se separatæ erant. Quales item erant illæ quæ à Socrate in Platonis Theæteto significantur sub his verbis: Κατὰ σμικρὸν ὃ προσιόντες λεληθαρὶ ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπρωότες, καὶ ἂν μὴ πη ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσωμεν ὥστε οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διαχαμμῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἔλκωνται εἰς τὸ ἐναντία. Id est: Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmetipsos defendentes evadamus, pœnas luemus, perinde atque illi, qui in palastris in linea ludunt, quando ab utrisque capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando describens ludum distractorum hæc verba habet: Ἡ δὲ Διελκυστίνδα παίζεται μὴν ὡς ὅτι τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις, καὶ μὴ αἰθρᾷ καὶ αἰθαχόθι. Δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἑλκυστὶ τὰς ἐπέρας οἱ ἑπεροι, ἔς τ' ἂν καὶ ἕνα μεταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατύντες. hoc est: Dielcystinda autem plerumque in palastris luditur, verumtamen etiam alibi. Dua autem sunt puerorum partes, alii trahentes alios, sique ad illam partem transmigraverint, penes illam victoria est.

CAPUT VI.

De Spiritus cohibitione.

Spiritus etiam cohibitionem inter exercitationes, & præsertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse memoriæ tradidit Galenus 111. de tuend. valet. libro, & ante ipsum Cælius Aurelianus inter medicos non infimus. Hanc vero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis muscoli, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, cogunturque, ut expirationis vocata perfici nequeat: nam duæ sunt, quæ universam spirationem complent, inspiratio scilicet, & expirationis. Inspiratio ea est, quando aër ad temperandum cordis

feruorem, spiritusque generandos, in pectoris spatia trahitur. At expiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitæ per cava ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraque spirationi deservientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aër intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi sive cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastæ medicorum in primis, tum athletæ exercitationis & auxilii loco non raro utebantur. Medici quidem vel medicorum gymnastæ duplicem spirationis cohibitionem in usu habebant, alteram, in qua universi thoracis muscoli tendebantur, remissis, qui sunt in septo transverso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque muscoli tenduntur, quo videlicet ea, quæ sub septo sunt, viscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus vero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem atque costas, nec non ventrem cingentes, felicius propositum assequerentur. Propositum autem habebant hujusmodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, sive ipsum nativum auctum confirmare, modo spiritualia membra juvare, modo excrementa pectoris expurgare; siquidem spiritus in tali inhibitione undique compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati jam excrementi secum nonnihil arripit; quinimo, quanto is ulterius per vim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quædam impelluntur, quædam attrahuntur. impelluntur quidem, quæ ante occurrunt: attrahuntur, quæ ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in convivio Platonis ad curandum Aristophanis singultum, spiritus cohibitionem in primis commendavit, quam postea ^a Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum extinguere, verumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus verbis probavit. quod idem ^b Galenus, & asseveravit, & clarissima oratione confirmavit. In hunc igitur modum, atque his de causis à gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam observasse arbitror, nempe

^a 33. part.
prob. 5.

^b 3. de Sym-
pto. causis.

pe ut primo leviter ac breviter, deinceps vehementius & diutius spirationem inflatis buccis contineri, imperarent, demum relaxari juberent, ita namque secundum præceptum illud Hippocraticum omnia ἐν προπαιδείᾳ agenda, antiquos medicos voluisse reperio. Athletæ autem quamvis hoc exercitationis genere forsitan non uterentur, nimirum quod nulli ad gloriam, sive spectatorum oblectationem assequendam ipsis deserviret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes, spiritus quoque retentione duabus de causis usos credo, tum ut à lassitudine recrearentur, perspirabileque simul & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum ^a Galenus significasse videtur; tum (quod rationi magis consentit) ut majus robur in impulsione, compressionibus, saltibus, atque similibus ex spiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis majores quodammodo vires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestantes, necnon ceteri omnes graviores operarii, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti dicebat ^b Aristoteles, *retentus spiritus venas implet*, itaque humores exire, diffilare non patitur: unde postea retentis illis, neque laborantes sudoribus diffuunt, delassantur, neque vis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatentur, ulla ex parte flaccescere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de præceptis sanitatis, consuevisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis jubere, ut spiritum interciperent, sicque fricationibus contraherentur, quasi ita partes corporis inunctas & contrectatas distenderent. quo in loco apud Græcos cum legatur *τηρεῖν*, legendum esse *τείνοντας* omnis ratio persuadet: etsi bonus Erasmus, diligens nimis interpres, hoc non viderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retentione adjumenti capere consuevisse, quemadmodum medicinæ gymnasticos eandem quamplurimum æstimasse (ni fallor) abunde probatum est. Immo vero etiam athletas ostentationis, & spectatorum voluptatis gratia in spiritus reten-

^a 3 de tuend.
val. cap. 2.

^b 2. partic.
prob. 1.

tione se quandoque exercuisse, inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & præsertim fronte, ac etiam costis & pectore robustis vittis ligato, tamdiu spiritum retinuisse legimus, quousque præ impetu intumescerent venæ ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter ænea Illustrissimi Ferrariæ Principis summi bonorum patroni signa se invenisse, atque ab eis hasce sequentes propria manu expressisse nobis significavit. In ipsis namque videre licet fascias pectori, & costis, ut meminit Galenus, circumvolutas, tum ventres atque scrota (sicut fit in validis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur vero sint raso capite, solis quibusdam in summo vertice capillis apparentibus, simulque halterem è brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & servi essent, & halteribus quoque valerent, qui veluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repræsentati fuerunt. etenim servos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas servitiis nobiles, toto capite raso, atque cirro tantum in summo vertice relicto, incedere consuevisse, memoriæ proditum est.

CAPUT VII.

De Vociferatione, & Risu.

INter ceteros, quos plurimos atque necessarios in humana vita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit *vociferatio*. quæ cum nil aliud sit, quam aëris vehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, vel à respiratione sola, vel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles & Galenus præclarissimis in id editis commentariis probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquam de spiritus retentione verba feci, statim vociferationis tractationem subjungerem. Neque enim ab hac me remove debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de vociferatione scriptis tradiderit, quasque eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse voluit, verumetiam cum

ad



a lib. 1. ser. 3.
cap. 5
b lib. 1. fen. 3.
doc. 2. c. 2.

c 3. de bello
civil.

d 11. & 19.
partic.

e lib. 5. chro.
cap. ult.

ad morborum diversorum curationem, tum ad vocis ipsius cultum valde æstimatam fuisse scripsit. quemadmodum item *a* Ætius Amidenus, & *b* Avicenna Arabs uno ore posterioribus seculis comprobarunt. Nunquid vero athleticæ professores, aut militaris disciplinæ studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, etsi apud nullum auctorem notatum advertirim: persuasum tamen mihi est, neutros horum vociferationem tanquam propriæ ipsorum professioni aut convenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non sine utilitate usos, quando *c* Cæsar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque universi tollerent, quibus rebus, & hostes terreri, & suos incitari existimaverunt: propter hoc minime sequitur, vociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinæ addiscendæ conferre. Duo solum hominum genera vocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicæ videlicet professores, & medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus præcones, choristas, tragœdiarum & aliarum fabularum similium recitatores, nec non vocibus certantes colloco, vociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & *d* Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragœdias, comœdias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consuevisse. ob quod vocis exercitatio tantæ existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstravimus, publicæ vociferationis certamina à *e* Cælio Aureliano sub modulationis agonisticæ nomine intellecta, propositis victori præmiis, instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conicere possumus, quod VII. de medicamentorum composit. secundum locos libro multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in iis, qui voce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur, ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharædos, scilicet præcones, nec non tragœdiam ac comœdiam personatos representantes, qui magno vocis exercitio utebantur, si quando

vocem

vocem contendendo oblæssent, balneis multis, & cibis levibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus verbis cuivis intelligere licet, non modo histrionicae professores voce & cantu (quod dixit ^a Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodiis, aliisque imitationibus suis, verumetiam alta voce usque, atque iis interdum uniformibus, interdum variis & mutatis, veluti in tragœdia ad moeroris calamitatisque magnitudinem augendam factum olim, scribit ^b Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod ^c Cornelius Celsus memoria prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, vocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionica operam navare sibi proposuerant, cum opus magna voce haberent, ad evitandam venerem, à qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum juvabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, aliive histriones infibularentur. quemadmodum ^d Martialis attestari videtur his versibus, in quibus de duobus histrionibus verba facit.

^a In Ione.^b 1.9. partici
prob. 6.
^c lib. 7. c. 25.^d lib. 7. epigr.
81.

*Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Ut sit comædis omnibus una satis.*

& paullo post:

*Dum ludit media populo spectante palastra
Heu cecidit misero fibula, verpus erat.*

& quemadmodum ^e Juvenalis insinuat, ubi scribit:

Solvitur his magno comædi fibula:

^e Sat. 6. vers. 73.

f &

*Si gaudet cantu, nullius fibula durat,
Vocem vendentis pratoribus:*

^f Ibid. vers.
377.

Satis itaque constat, vociferationis exercitium majorum nostrorum temporibus in usu extitisse histrionibus, magistrosque phonascos, sicuti artem phonasciam à Theophrasto fuisse appellatam. Sed ubinam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Græcos, quam Ro-

D d

manos

^a In Atticis.

^b In ejus
vita cap. 12.

^c In Protag.

^d 19. partic.

problemat.

^e in lib. de

sanit. tuenda.

^f Lib. 1. c. 8.

^g Lib. 1. chro.

c. 1. & lib. 2.

cap. 6.

manos locum secundum ^a Pausaniam imagine theatri constructum habuisse, in quem deferbantur poemata priusquam in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ὠδεῖον à Græcis, à Latinis ipsis *odeum* vocatum, in hoc vocis exercitationes, atque certamina prædicta effici consuevisse existimo, quando ^b Suetonius Tranquillus Neronem, musicum certamen instituisse, Domitianumque odeum, ubi præter citharædos, chorocitharistæ, atque psallicitharistæ certarent, excitavisse scribit. quamquam alibi quoque, & præsertim in gymnasiis exedris, in quibus philosophos & rethores disputare solitos accepimus, veteres vociferationibus certasse, se ipsosque exercuisse suspicor, cum ad formandas excolendasque voces alios in concavis locis, alios prope maris littora, ut de Demosthene fertur, vociferari, legere, cantare consuevisse legamus; quem Demosthenem cum lingua ob spiritus imbecillitatem hæsitaret, *Neoptolemo histroni decem millia drachmarum numerasse, ut eum uno spiritu versuum periodos proferre faceret*; auctor est Plutarchus in decem oratoribus. Porro finis, cujus gratia hujuscemodi exercitationes veteres in usum provexerint, multiplex fuit, sicut à ^c Platone, ^d Aristotele, ac ^e Plutarcho intelligere possumus: nam vociferationibus exercebantur, vel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τῆς ἀντιστροφῆς sive adversarios superarent, vel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur, Ceterum an eodem tempore vociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haudquaquam certo scio. sed cum animadvertem, ^f Cornelium Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes, claram lectionem commendasse, similiter & ^g Cælium Aurelium antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis vocis exercitium, *anaphonesin* à Græcis vocatum, probasse, nec non in vocis amputatione, & aliis morbis exercitium idem adhibito præceptore administrandum consuluisse, ad credendum adducor, ætate illa vocis exercitacionem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas vocem exercendi, modos, tempora, & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atque Antylli temporibus ipsa majus incre-

incrementum susceperit. nempe quando pluribus jam experimentis comprobatum erat, exercitationem vocis rite initam non modo ad vocis conservationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait ^a Plutarchus) ad tuendam bonam valetudinem, & ad corporis robur verum efficacissimam esse, utpetequæ thoracem ac vocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusque maxime vitalibus, & principalissimis vim internam, vigoremque fir-
 mum & genuinum inferat. ob quæ fortasse refert ^b Galenus Thessallum illum, ætate Neronis, ut scribit ^c Plinius, magna ex-
 stimatione habitum & à se ipso *gatronice* appellatum, eam et-
 iam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem quo hujuscemodi exercitatio peragebatur, talis à Cælio Aureliano in capite de furore proditur, *quod principia leni voce promebantur, narratio vero & demonstrationes extenta, atque majore, tum epilogus demissa & indulgenti; quem vero Antyllus indicavit, erat, quod, cum alvus defecerat, primo leniter fricabantur, ac præcipue inferiores partes faciesque spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per intervalla mediocria loqui incipiebant, nonnunquam prius deambulabant, post vero ad vociferationem accedebant, in qua doctrinæ expertes ea dicebant, quorum meminerant, quæve clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere videbantur. sin autem versus sciebant, jambicos dicebant, & tertius locus Elegia dabatur, quartus modulis & numeris, atque in his omnibus præstantius judicabatur memoria recitare, quam legere, & ut admonuit ^d Plutarchus, mediocribus potius, quam nimis com-
 motis vociferationibus & jurgiosis clamoribus uti: in primis vocife-
 rabantur, vocem quam gravissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eam redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro vicissim reflectebant, paulatim vo-
 cem diminuendo, donec ad gravissimam, à qua ductum initium erat reverterentur: atque hunc in modum tota vocis exercita-
 tio absolvebatur, adhibita interim ratione virium, alacritatis, consuetudinis, & denique aliorum, de quibus Plutarchus in libro, quem de conservanda valetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quam sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla hujusce-*

^a In libr. de tuend. valet.

^b 4. Method.
^c Lib. 29 cap. 1.

^d In libr. de tuend. valet.

modi exercitationi minime necessaria judicaverit Socrates. Ad hoc pertinet & illud, quod à Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, *Neronem principem lamina pectori imposita sub canticis exclamantem alendis vocibus demonstrasse rationem.* Et quoniam diximus, in hoc exercitationis genere, quantum locum numeros & modulos obtinuisse, merito quis à nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diversam & pene contrariam gymnasticæ musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse judico, musicam prout ex rythmis, melodiis harmoniisque composita est, omnino à gymnastica separari, quia sic animorum solatio atque jucunditati solummodo studet, moresque hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus vero musica ipsa voce utitur, & modo graves, modo acutos, modo medios sonos, qui non sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica eam locum obtinere perspicuum sit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis vocis motibus plena existit, qui secundum ^a Aristotelis sententiam, naturam, viresque nostras & augent, & servant. ut hac de causa nemo inficiari debeat, quin musica, perinde ac vociferatio gymnasticæ, medicorum exercitatio quædam reputetur, quando id ^b Cælius Aurelianus medicus sæpe testatum fecit, & præcipue dum in furore, atque in catarrho, vocisve abscissione curandis modo vocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesin adhibito præceptore, & temporum ordine servato, modo eandem sub magisterio aliptæ, vel musici præcipientis ineundam præcipit. Ad hæc gemitus quoque inter gymnasticas vocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ultra clamores, atque ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, lacrymas quoque eliciendo, excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire possunt. Et ideo ^c Aristoteles jure eos improbandos esse voluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum invenitur: *Τὰς δὲ Διευτάσεις τῶν παίδων, ἢ κλαυθμὸς, ὅτε ὁρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν τοῖς νόμοις. συμφέροντι δὲ*

^a 19. partic.
Prob 38.

^b lib. chron.
c. 5. & lib. 2.
cap. 6. & 13.

^c 5. Polit.
cap. ult.

πρὸς

οὗτος αὐξήσιν. γίνεται γὰρ τὸ πόνον πρὸς γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἢ γὰρ ἢ πνέματι καί τις, ποιεῖ τὴν ἰσχυρὰ τοῖς πνεύσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις ἀγχινομοίαις. id est : Puerorum vero distensiones atque ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, conferunt enim ad incrementum, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus namque cohibitis laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum distensis contingit. Ex quibus plane patet Aristotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem censere. Nam & ^a Cicero *athletas inter exercendum ingemiscere consuevisse* memoriae mandavit, quasi illud ad augendas actionum vires non parum adjuvaret. Risum pariter si quis inter vocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo hallucinabitur, quod (sive is titillatio præcordiorum existat, quemadmodum ^b Aristoteles sensit, sive, ut est apud ^c Meletium, motio, quæ in facie existentes musculos distendat, sive muscularis dilatamenti motus, qui à spiritus agitatione ab intimis visceribus impellitur, sive quid aliud sensum atque intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora nostra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dum rident, tota viscera commoveri, ignescere faciem, caput & pectus concuti? innumerisque fere affectionibus eorum statum affici, quæ sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoque aliis non parum iuverunt : ut falsum dixisse apud ^d Xenophontem Aglaidadem illum ferme constet, qui risum moventes neque ridentium animis, neque corporibus prodesse credidit.

^a 2. Tusc. quest.

^b 2. de part. animalium, & 35. par. probl. 6.
^c In libr. de nat. hom.

^d In Pædia. Cyri lib. 2.

CAPUT VIII.

De Cricilasia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo.

SI ea omnia, quæ antiquis temporibus usitata, ac, ut sic dicam, pervulgata erant, aut ad nos per manus tradita, sicut de anatomica arte narrat ^e Galenus, pervenissent, aut ab auctoribus scriptis mandata non interiissent, multos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac antiquatis rebus ad lucem revocandis sustinent, citra ullam jacturam

^e 2. de anat. admini. in princ.

Dd. 3. effu.

effugissent. sed quoniam alia temporis diuturnitate asperitataque obsolescerunt, alia difficili obscuritate depravata sunt, alia scriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam seculorum negligentia nunquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum est, ut in dies cogantur homines obsoleta renovare, depravata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis splendorem restituere, nec non in tanta obscuritate coacti, somniantes quandoque à veritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque similem provinciam susceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obscuratam & emortuam ad lucem reducere studeo, mihi tanto maiore excusatione dignus videor, quanto pauciores, aut fere nulli scriptores supersunt, à quibus institutum meum dirigi queat, ne silicet plurima exercitationum genera, quæ quod temporibus nostris desueverint, veterumque peragendis eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesve essent, divinandum est potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de cricilasia atque trocho contingit. Nam *κρικιλασίας*, quæ *circuli impulsus* latine sonat, modum atque figuram tametsi ^a Oribasius ex Antyllo explicasse videatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris involuta est, ut per arduum omnino cuiusvis erudito fiat, talis exercitationis formam & conditiones dignoscere. Sed ne quis nos vel crassæ ignorantia, vel temeritatis, vel timiditatis, vel arrogantia crimine iuste notare queat, ipsius Oribasii verba Græca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quæ ita in libro ^b *Collectaneorum*. vi. ad Julianum leguntur. *Εὐκείνου ἡ γὰρ κρίκῃς τῆς διαμέτρου τῆς μήκους τῆς ἀνθρώπου, ὥστε τὸ ὕψος αὐτῆς μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικρίσθῃ, ἐλαύνεσθαι ἢ μή τι μήκῃ, ἀλλὰ τῇ πεπλανημένον, ἔσω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηρὸς ξύλινον ἔχων πῶν λαβὴν, τὰς μέντοι λεπτὰς κρίκας τὰς περιεμύκας τῷ προχωρῶν ᾧ ᾗ ᾗ πινες εἶναι περιπλῆξας, τὸ ἢ ἔχῃ ἔστω, ἐξ ἧς αἰτῆς ὁ φόρος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν ἀφίχουσι ἐκράζεσθαι, ἐκ δὲ τῆς ψυχῆς.* Id est, *Habeat vero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas pertingat, neque secundum longitudinem, sed in transversum impellatur, sit autem impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues annulos rota circumpositos supervacaneos esse putarunt: at hoc minime ita se habet,*

^a Lib. collect.
6. cap. 26.

^b cap. 26.

habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationem, atque voluptatem animo parit. Ex quibus verbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cujus circumferentiæ annuli parvi infixi erant, quadam ferrea virga ansam habente in transversum latus impellere consuevisse, à quo ducta metaphora M. Cicero 11. epistolar. ad Atticum 1X. scripsit : *Festire, mihi crede, & minore sonitu quam putaram orbis hic in republica est conversus*, sed cum hac ætate in usu non habeatur, possumus sane aliquid divinare, at ejus formam & conditiones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus Græcus fuerit, de quo Horatius libro 111. carminum. Ode. XXIV.

Seu Græco jubeas trocho,

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille æque sit nobis ignotus. Quod item *petaurum* fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; verumtamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire velit, id *machinam* quandam *ligneam* fuisse, qua homines rotis quibusdam in aërem *jactabantur*, ut, præter nominis illud indicantis vim, testatus est tum Lucilius, cum dixit, *Sicuti mechanici cum alto exilire petauro*, tum etiam Juvenalis Sat. XIV. hoc versu :

*An magis oblectant animum jactata petauro
Corpora, quique solent rectum descendere funem.*

& Martialis libro XI. epigr. XXI I.

Quam rota transmissa toties impaeta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime cricilasiæ assimilari patet. quamquam credo petauro valde similem esse jactationem illam, quæ hodie apud multas puellas & pueros efficitur, assere funibus quatuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis veluti per aërem jactatis. quod genus sub oscellarum appellatione à veteribus significatum puto : atque id forsitan est, cujus meminit Avicennas prima quarti tract. 11. cap. XIII. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut
æger

ager ponatur super instrumentum, quo pueri, vel iuvenes solent in aëre concuti. etenim Ælius Stilo apud Festum ait, *petauristas* dici proprie Græce, quod ii *πεῖς αἰέει*, vel *πεῖς αὐέει* *πέτονται*, sive, quod *ad aërem*, vel *ad auras* volent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymniciis usurpatum fuisse apud Thracas, Ægyptios, aliosque populos ex historiis unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atque Tiberii Cæsarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repræsentatur. Qui licet ab hodiernis oscellis diversus sit, quo ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aëre videatur non secus lutores quassari solitos fuisse, atque nunc agunt, qui similiter exercentur. Sago pariter consuevisse jactare sese in aëra, præter ^a Martialem id hoc versu testantem.

^a Lib. I. epigr. 3.

Ibis ab excusso missus in astra sago:

est etiam testimonium Salviani & Suetonii in Othone, qui eo motu ipsum fuisse delectatum scribit libro VI. de vero jud. cap. IV. v. *ut sago in sublime jacularetur.*

^b 5. chron. cap. ult.

^c Lib. 14. epigr. 68.

Neque forsan prorsus absolum est raptorium illud machinamentum à ^b Cælio Aureliano *macron sparton* vocatum, vel ipsummet petaurum, vel saltem non ei dissimile fuisse. Jam vero si quid apud Latinos auctores legitur, quod *cricilastæ* æquiparari queat, id profecto est trochus, quem ^c Martialis ita pluribus in locis descripsit.

*Inducenda rota est, das nobis utile munus,
Iste trochus pueris, at mihi cantus erit.*

^d ibidem:

^d &

*Garrulus in laxo cur annulus orbe vagatur,
Cedat at argutis obvia turba trochis.*

^e Lib. 11. epigr. 22.

^e &

*Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,
Quam celer arguto qui sonat are trochus.*

^f Lib. 3. Elegia 12.

in trocho namque primo erat circulus, & in circulo annulus, qui sono spectatoribus voluptatem afferebat; aderat & impulsor cum ansâ, à ^f Propertio *clavis* vocatus, ubi dixit,

Incre-



E c

Increpat & versi clavis adunca trochi.

quæ omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues annulos, non annulum circumpositos tradit, præterea cricilasiam virorum exercitacionem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significavit, quinimmo apud Xenophontem in Convivio de muliere psaltria narratur, quod *in saltando missos plures trochos exciperet, simulque saltans eos projiceret in altum, & rursum concinne exciperet*, quanquam dubitari potest, ne is trochus valde ab hoc nostro discreparet. His ergo duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam venio, quod cricilasia exercitatio aliquo pacto diversa à trocho Latinorum extiterit; propter hoc tamen quid trochus foret, minime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis; quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemve Græci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ' ὑπὸ στυταλαῖσι ποῶς βέμβικας ἔχοντες
Ἐσπεφον ὄρεϊν παῖδες ἐνὶ τελοῶδῳ.

id est :

*At pueri scytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quisque suum in trivio.*

a 7. Æneid, Et quem appositissime descripsit d Virgilius his versibus.

*Ceu quondam torto volitans sub verbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent : ille ætus habena
Curvatis fertur spatiis : stupet inscia turba,
Impubisque manus mirata volubile buxum
Dant animos plaga, —————*

minime trochum esse, ut voluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quæ hodie supra ligneas tabulas pannis contactas una cum ligneis pilis efficitur, & *truchus* nuncupatur, trochi anti-

antiquorum apud me similitudinem parvam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasiis, aliisque locis peragebatur. Secundo is annulum seu annulos habebat strepitum edentes, ut homines per viam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi caverent. Postremo ex ære conflabatur, atque clavem aduncam habebat. quæ omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diversum antiquorum trochum extitisse, quem (ut ego puto) apprimè repræsentat hæc figura



à Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in vetustissimo atque amplissimo cujusdam Comici vel Satyrici poetæ monumento expressa in via Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod præter annulos dentes quosdam circulo infixos, & mobiles monstrat, quos ad strepitum majorem edendum appositos fuisse vero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte ^a poetica.

^a Paulo antè finem.

*Indoctusque pila, discive, trochive quiescit,
Ne spissa risum tollant impune corona:*

E c 2

Cumque

Cumque Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenset: proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi videtur. & ob id cum neque militari, neque athleticæ jure attribui queat, superest medicinæ gymnasticæ exercitationem fuisse, & illius præsertim, quæ pueris exercendis operam navabat. Posset tamen existimari etiam ad militarem aliquo pacto pertinuisse; quod referat Ammianus Marcellinus lib. xxi. Julianum Cæsarem *apud Parisios variis sese exercuisse motibus in campo, & inter alios quodam quem dum faceret, axiculis queis orbis erat compaginatus in vanum excussis, ansam remansisse illam, quam retinens valida manu stringebat: ex quo* loco Turnebus summi judicii & eruditionis jure censuit ejusmodi exercitationem fuisse trochum. His dissimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inventum, hodieque in universa fere Europa usitatum, apud Italos *pilam & malleum* vocant. in hoc etenim primo brachia & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pelleri coguntur: deum ex ambulatione, quæ tali exercitationi perpetuo affociatur, ea commoda fere trahuntur, quæ ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruisse forsitan contendat, cum apud ^a Avicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod virgis retortis dictis *alsulegian* cum pila magna, aut parva lignea efficiebatur, quas condiciones apprime nostra pilamalleo convenire unusquisque videt, nisi alias tacuerit Avicenna, quod suo tempore notissimæ essent.

^a loci citatis.

C A P V T I X.

De Equitatione.

HActenus eas exercitationes profecuti sumus, quas homines à seipfis citra alterius rei adjumentum obibant. Superest de iis modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodammodo libere movebantur, at eorum motus alterius moventis ope perficiebantur. quod enim Ga-

«Galenus istis duobus addidit genus exercitationis à medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet : ideo iud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter hæc postrema primum locum jure sibi vindicat *equitatio*, à Græcis medicis *ἵππασία* vocata, nempe quæ ceteris dignior sit, & liberim hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quæ à nobis ipsis, & illius, quæ ab aliis in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inventorem Bellerophontem extitisse, auctor est ^b Plinius. post Bellerophontem Thessali, ob id Centauri nuncupati, equitatione in bellis uti cœperunt, quæ paulatim usque adeo crevit, ut ^c Hippocratis tempore omnes fere Scythæ equis veherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus cruciarentur, per venarum post aures incisionem ab illis curati, ad coitum vilde impotentes evadebant; quamquam multi erant infœcunditatem eam à Diis proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod divites semper diis amici, pauperes vero minime sint, (ut etiam ^d Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmavit, (& propterea æquum fuisse potius inopes, quam opulentos eo vitio corripi, cujus tamen contrarium eveniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper quemadmodum in Hippia à Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & idcirco omnes gymnasticæ species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis majores nostri equitationis certamina adhiberent, præter Olympicos lulos, in quos vicesima quinta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quatuor ille Romanæ factiones, *albat* scilicet, *russati*, *veneti*, & *præsini*, quæ tum in circis, tum in ludis, ac aliis equestribus certaminibus adhibitis equis, sive ad equitationem, sive aurigationem semper certabant, tantumque studium equis optimis eligendis ac parandis exhibebant, ut ^e Galenus dixerit, venetæ, ac præsinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus, atque temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti valerent, siquidem harum factionum contentiones

^a 3. de tuend.
valet. cap. 11

^b lib. 7. c. 56.

^c Lib. de aëre,
aquis, & locis.

^d 1. Rhetor.

^e 7. Methodo.

potiundi victoriæ causa tales erant, quæ nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studiis parcere quemquam permetterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, aliis uni, aliis alteri factioni faventibus, nec ulla pars civitatis reperiebatur, aut ullus hominum conventus, in quibus certaminum tempore de hujuscemodi factionibus aut studiosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinii sexta noni libri Epistola, atque his ^a Martialis versibus quisque conjectura assequi potest.

^a Lib. 14. epigr. 24.

*Sapius ad palmam prasinus post fata Neronis
Pervenit, & victor præmia plura refert.
I nunc, livor edax, dic te cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed prasinus,*

& Lib. 10. epigr. 48.

*De prasino convivæ meus, venetoque loquatur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.*

^b Sat. 11. vers. 195.

quamquam ^b Juvenalis majorem Romanæ civitatis partem prasinae factioni favisse tempore suo, quando Martialis quoque floruit, testari videatur his versibus.

*Totam hodie Romam circus capit, & fragor aurem
Percutit, eventum viridis quo colligo panni.
Nam si deficeret, mæstam, attonitamque videres
Hanc urbem, veluti Cannarum in pulvere victis
Consulibus,* —————

Has vero in favendo diversis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimavi, quoniam Romanorum quorumlibet vestimenta quatuor duntaxat coloribus texebantur, vel rubeo, vel albo, vel veneto, sed præcipue rubeo magis fusco, ut ^c Martialis hisce versibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

^c Lib. 14. epigr. 27.

*Roma magis fuscis vestitur, Gallia rufis,
Et placet hic pueris, militibusque color.*

& ob hoc quicumque ei factioni favere cgebantur, quæ sibi simi-

similem colorem profitebatur. Et si huic sententiæ reclamare videantur ea a Ovidii verba.

a 1. de arte
amandi.

*Cujus equi venient, facito studiose requiras,
Nec mora: quisquis erit, cui favet illa, fave.*

Sed de equitatione ludorum & spectaculorum, quam & athleticam vocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panvinus luculentissime simul & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, universam hanc materiam pertractavit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est b Plato: ubi non modo viros c 8. deleg. equis armatos, atque inermes exerceri statuit, verum puellis quoque tales exercitationes inire concessit, easque inter ceteras bellicæ gymnasticæ species, sive partes evidenter collocavit, sicuti c Xenophon pariter sentire videtur, apud quem Ischomachus vitæ suæ rationem Socrati exponens sic loquitur: Μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναγκὰς ὑπὲρ τῶν ἵππων ἵππασσέμεν ἵππασσάν, ὡς ἂν ἐγὼ δυνάμει ὁμοιοτάτῃ ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἵππασσάις, ἔτε πλεονέχῃς, ἔτε κατάντες, ἔτε τάφρος, ἔτε ἰχέτῃ ἀπερχόμενῃ, ὡς μέντοι διωκτὸν ταῦτα ποιεῖν τα, ὑπὸ μέλῳ μὴ ἀποχωλίσαι τὸ ἵππον. id est. *Post hæc autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quæ fiunt in bello necessariis equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo, modo per transversum, modo per declivem, modo supra fossas, modo supra aquæ rivus illum agens, atque hæc facientem equum, ne claudum reddam valde studeo.* Quæ verba, postquam multis aliis ejus vivendi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: Νῆ τίῳ ἤρξην ὧ Ἰσχόμαχε δευσεκόντως γέ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσιδασμένως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγίειαν ἢ πρὸς τὴν βίῳ μὲν πλεονεχέειν ἀσκήμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ τοῖς δὲ πλεονέχῃς ὑπὸ μελέαις, ταῦτα πάντα ἀγαθὰ μοι δοκεῖ εἶναι. Hoc est. *Per Iunonem ò Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim sanitati atque robori acquirendo operam navas, necnon ad bella te exerces, divitiisque accumulandis invigilas, quæ omnia admiratione digna mihi plane videntur.* Ex his enim & Ischomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas disciplinas

plinas comparandas equitationibus usos. Quod vero medicorum gymnastæ equitationes ad sanitatem recuperandam tuendamve, necnon ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, præter Socratis modo citatam orationem, unum ^a Galeni testimonium sufficere deberet : qui inter reliquas gymnasticæ exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit : nisi quoque Antylli, Ætii, & postremo ^b Avicennæ comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis vectari inter opportunas exercitationes reposuit. nam & Germanicum Tiberii imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione à medicis imperata illam curasse memoriæ prodidit Suetonius : ut hoc exemplo persuasi credere debeamus, equitationem tanquam utilissimam à medicis semper magnopere existimatam fuisse : quamvis & apud ipsos valde referret, numquid mulo, an equo veherentur, & illis an gradariis, an asturconibus, an succussatariis, an concurrentibus : quorum omnium diversas operationes suo loco explanabimus.

^a 2. de tuend.
val. cap. 11.

^b Loc. citat.

C A P V T X.

De Curuli vectatione.

DIximus duo esse exercitationum genera, alterum in quo homines à se ipsis solum moventur, alterum ab aliis, sive, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suapte natura, alterum in quo alio movente sese exercentes moventur. De primo superius tractavimus, de altero quod *gestatio* à Cælio Aureliano & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, aliisque antiquioribus medicis Græcis *αὐτογε* vocatur, insequentibus verba facere polliciti sumus : atque jam de equitatione, quam ^c Galenus mixtum motum fecit, sermonem explicavimus. ad alia igitur transcuntibus prima sese offert *in curribus vectatio*, quam antiquissimam fuisse, nemo inficiatur, siquidem, ut Arati vetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus junxerit fuit ^d Erichthonius, quem ob id inter cælitum imagines relatum scribit Mani-

^c 2. de tuend.
val. cap. 11.

^d Plin. lib. 7.
cap. 56.

Manilius primo astronomicorum. Porro forma & modus cur-
 ruum diversus extitit. Nam ^a Plinius materiam curribus fa-
 ciundis idoneam abietem probat, rotarum vero axibus ilicem,
 fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur veteres ex hujusce-
 modi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis seculis duabus
 tantum rotis construebantur, alias duas auctore ^b Plinio addi-
 derunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus constru-
 xisse memoriæ tradidit vetustissimus ^c auctor Hippocrates. quæ
 rotæ Homeri temporibus stanno ornabantur, ac posterioribus
 seculis non modo rotas, sed tota vehicula ebore ornata fuisse,
 legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti ^d Plinii tempestate
 tota effeda atque vehicula auro ac argento insignita conspi-
 ciebantur. Variis præterea rebus cooperta fuisse verisimile vi-
 detur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl.
 Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis,
 aliquando mulis, aliquando bobus, interdum viris agi solita
 legitur. Quin ^e Heliogabalum non modo varia & monstruo-
 sa animalia, sed etiam *mulieres nudas* curribus junxisse, iisque
 ipsum vectum esse, tradunt. Hæc porro gestatio in curribus
 facta olim Romæ inter mulieres in maximis deliciis habeba-
 tur: ad tantumque luxum aliquando pervenit, ut eas ipsa uti
 senatusconsulto vetare, coacti sint Romani. cujus rei gratia cum
 mulieres ira percitæ inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet,
 neve pareret, atque ita viros ulciscerentur, Romanos
 mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse,
 scriptis mandavit Plutarchus. In quibus deinceps ne sederent,
 neve equis per urbes veherentur, M. Aurelius Antoninus philo-
 sophus, matronarum consulens modestiæ, denuo prohibuit. Ne-
 que minus apud gymnasticos hæc ipsa gestatio æstimata reperi-
 tur: quando, sive ludos & sacra certamina spectes, sive medi-
 corum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit.
 Quis quæso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum
 certamen in Olympicos ludos inventum. Quis ignorat Synori-
 das, quibus animas nostras Plato in Phædro elegantissime as-
 similavit, necnon bigas quadrigasve curruum genera in publicis
 sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Ro-
 manos excultum atque auctum fuit, ut pauca, vel nulla fere

^a Lib. 16. cap. 42.

^b Lib. 7. cap. 56.

^c Lib. de aëre aquis & locis.

^d Lib. 34. cap. 17.

^e Lampridius in vita Heliogab. cap. 29.

publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica præmia proposita spectarentur. Ob quæ refert ^aPlinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum feriis in Capitolio celebrabatur, pro premio victorem absinthium bibere consuevisse, quasi sanitatem in premium dari valde honorificum arbitrarentur majores. An vero gratia bellicæ disciplinæ adipiscendæ vocatione in curribus uterentur veteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, cum ab Homeri ætate usque ad ^bXenophontis tempora, atque etiam posterioribus seculis perduraverit mos, ut in bellis è curribus quoque dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere veteres consuevisse, ne, cum pugnandum erat, tanquam inexercitati, & diversorum agendi currus modorum expertes superarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem vocationem tam pro sanis conservandis, quam pro aliquibus ægris curandis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, ^cAntyllus, Herodotus, atque Avicenna: qui non modo eam inter gymnasticæ veræ exercitationes reponendam voluerunt, immo & febricitantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum invenitur) tanquam maxime commodam celebrarunt. hujus etenim quasi duo genera effecisse videtur ^dGalenus, alterum, in quo homines vecti sedebant, alterum in quo jacebant. atque utraque hæc raro in urbe, frequentissime per vias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est à ^ePlutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontii festo prohibere, ne ea die vehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nunquid autem sani simul & valetudinarii in iisdem vehiculis exercebantur, indicasse mihi videtur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis gestari solitos, atque illos à principio per triginta stadia moveri, deinde ea conduplicare; hos à stadiis triginta, aut quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto majus progredi consuevisse. Sanos vero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, verisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis vectos credere possumus, quando refert Dion histo-

^a lib. 27. c. 7.

^b In pædia
Cyri. lib. 6.

^c Oribasius
lib. c. 25.

^d de tuend.
valet. c. 11.

^e In probl.
Romanis.

historicus, Claudium Cæsarem dum prospera valetudine uteretur, caputque tremulum & manus ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum vehiculo undique oblecto gestatum esse, sicuti a Plinius junior ob oculorum infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro VII. ita scribens ad Cornutum suum: *Pareo collega clarissime, & infirmitati oculorum, ut jubes, consulo. Nam & huc, tecto vehiculo undique oclusus, quasi in cubiculo perveni.* Ex his igitur omnibus cuique cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates & condiciones probe intellexisse scribit ^b Galenus. quasi hæc exercitatio, quemadmodum & aliæ, proprios præfectos nimirum aurigas possideret; insuperque communi totius artis magistro subjiceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione observanda diligenter præfiniret. Habuerunt veteres multa curruum, aut vehiculorum genera, ut *plaustrum, esseda, petoritum, arcirnam, birotum, cantherinum, carrucam, carpentum, thessam, cisium, corvinum, rhedam, pilentum, burdones.* quæ omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia, distabant vero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo aliis. At de his non est quod loquamur, cum vectatio omnium fere eadem esset, & idcirco medici cuncta sub uno currus genere sint complexi.

^a Epist. 21.

^b 2. de usuend. valet. cap. 11.

CAPUT XI.

De gestatione in Lectica & Sella.

Lecticam atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui vel senectute, vel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, vel ob delicias, quibus semper homines studuerunt, inventam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior causa, qua inducti veteres huiusmodi instrumenta excogitaverint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeunt, aliquam rem optaverint, qua domo exire,

per urbes vagari, iter facere quam commode valerent: nisi dicamus, imperatores, reges, atque principes ne in faciendis itineribus à sole, à vento, pluvia, tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas, undique obtegi & retegi aptas, invenisse, quas alii postea divites luxus ac voluptatis, sive commoditatis gratia, & postremo medici gymnastæque ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumque sit, constat, quos nuperrime dixi medicos atque gymnastas illas ad exercenda sæpe valetudinariorum, rarius sanorum quoque corpora usurpasse. Seneca enim Epistola LV. ita de gestatione loquitur. *A gestatione cum maxime venio non minus fatigatus, quam si tantum ambulassem, quantum sedi: labor est enim & diu ferri, ac nescio, an eo major, quia contra naturam est; quæ pedes dedit ut per eos ambularemus, oculos, ut per eos videremus. Debilitatem nobis indixere delitiae, & quod diu nolumus, posse deservimus, mihi tamen necessarium erat concutere corpus, ut sive bilis infederat faucibus discuteretur: sive ipse ex aliqua causa spiritus densior erat, extenuaret illum jactatio, quam profuisse mihi sensi.* Quæ vero tam lecticæ, quam sellæ forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuivis liceat, attamen verisimile est, in ea pulvinar & lectulum stratum fuisse, quod & jacere, & federe, & prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostræ dissimilis, vel potius similis; credo non admodum dissimilem extitisse, nisi quod nostra à mulis, vel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum à servis sex portabatur, atque ob id *hexaphoros* nuncupabatur, uti ex his versibus ^a Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem & juvenem deridet, quod lectica gestari vellet.

^a Lib. 6.
epigr. 77.

*Cum sis tam pauper quam nec miserabilis Irus;
Tam juvenis, quam nec Parthenopæus erat;
Tam fortis, quam nec, cum vinceret, Artemidorus;
Quid te Cappadocum sex onus esse juvat?
Rideris, multoque magis traduceris, Afer,
Quam nudus medio si spatium foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaque vehit similem bellua nigra Lybim,*

TRU.

*Invidiosa tibi quam sit lectica, requiris?
Non debes ferri mortuus hexaphoro:*

similiter & ubi Zoilum ^a carpit, quod lecticam sandapilæ sive ^a Lib. 2. epigr. 81.
feretro mortuorum similem haberet.

*Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,
Dum tamen hec tua sit, Zoile, sandapila.*

Nam ex his liquido intelligere quisque potest lecticam fere
semper à sex servis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces
Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) sique
interdum aliquis lecticariorum numerum augere voluisset, pro-
tinus fuisse notatum, quemadmodum idem ^b Martialis indica- ^b Lib. 6. epigr. 84.
vit, ubi Philippum quendam insanum vocat, quod ab octo ser-
vis lectica ejus ob quandam divitiarum inanem ostentationem
per urbem gestaretur.

*Octaphoro sanus portatur, Avite, Philippus:
Hunc tu si sanum credis, Avite, furis.*

Cum itaque lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro
fede commoda, verum etiam conciliando somno, dum claude-
batur inserviebat, ut ^c Juvenalis testatur his verbis:

^c Satyr 3.
vers. 242.

Namque facit somnum clausa lectica fenestra.

namque frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui
solum gerendis lecticis, vel etiam matronis in eis deponendis
ac gestandis, ut est apud Jureconsultos mentio, destinaban-
tur, pluribus in locis haberentur, in quibus & jura ipsis daban-
tur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis
omnibus lectica per urbem gestari vetitum credam, Suetonii
auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem *Harpocrati*
liberto lectica per urbem vehendi spectaculaque publice edendi jus
tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyl-
lus, sive potius ejus interpretes; alteram, in qua sedebant, quæ vel
cooperiebatur, vel aperta sinebatur, & à nonnullis, veluti à ^d Cæ-
lio Aureliano, *portatoria sella*, ac *fertorium* dicebatur, alteram
in qua jacebant, primam quoque temporibus nostris videre li-

^d Lib. 1.
Chron. cap. 12.

cet, cum podagrici, divites, atque alii principes, deliciis nimis dediti, illa quotidie vehantur, qua item viros magistratum gerentes olim gestari consuevisse, atque inde *curulis sella*, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua jacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius vicem gerere, atque ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam, jacendo sedendove idoneam. Cui sententiæ plane subscripsisse videtur ^a Ætius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticæ duplicis mentionem fecit, ejus scilicet, in qua vestri sedebant, & ejus in qua jacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quædam, quibus divites, senes, & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus à servis vehantur, quibusque medici gymnastici ad exercendos valetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim ^b Galenus, *Antiochum medicum jam octuagenarium, & in vivendo solertissimum, si quando longius ire vellet, modo sella, modo vehiculo gestari solitum*. Narrat similiter ^c Plinius Cæcilius, *avunculum suum Roma sella vehi solitum, ne calis asperitas ullum studii tempus eriperet*. Vnde judicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis privatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde etiam ac in languentibus medici easdem usurpasse animadvertuntur; in quibus is modus secundum ^d Herodotum observabatur, *ut neque minus quinque stadiis, neque plus quam hujus duplum similes gestationes producerentur, atque ita sequenti die observarentur; tertio vero die quinque stadia singulis diebus usque ad triginta stadia addebant*. Et ne quis forsan suspicetur, sellam atque lecticam idem extitisse, præ ceteris unum ^e Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diversas fuisse, cum ait:

*Lecticam, sellamve sequar? nec ferre recusō,
Per medium pugnās, sed prior ire, lutum.*

quod similiter his Tertulliani verbis in libro de pallio confirmatur, *ipsas quoque jam lecticas, & sellas, queis in publico quoque domestice, ac secrete habebantur, ejeravere*. Jam vero sellarum alias fuisse pelliceas, alias oseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

^a Lib. 3. c. 6.

^b 5. de tuend.
valetud. c. 4.

^c Lib. 3.
Epist. 5.

^d Oribasius
collect. med.
6. cap. 25.

^e Lib. 10.
epigr. 10.

CAPUT XII.

*De agitatione per Lectos Pensiles, & per Cunas facta,
& de Scimpodio.*

QUOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης vocabulo à Græcis complexos sentio, factam inter gymnasticæ exercitationes recensere velim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunæ solis pueris eblandiendis inserviant, paucissimique sint, quibus medici pensiles lectulos parari jubeant : verumtamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Ætium, & Avicennam diligenter legere placuerit : qui cum hujusmodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur à me silentio præteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum viris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adjumenti præstare posse, ut præclare scriptum est ab ^a Antyllo, & Ætio, apud quos *lectus fulcrum mobilia juxta angulares pedes habens* nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit ^b Celsus, ubi dixit, *si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subjiciendus est, atque ita lectus huc & illuc impellendus.* etsi Oribasii interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & ideo omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum usum habere censeant. Quibus similis quoque est exercitatio illa puerorum, dum in ulnis à nutricibus gestantur, quæ & à medicis, & à ^c Platone pro ipsorum valetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quæ omnia quoniam ab Asclepiade Prusiente frequenter usurpata apud ^d Plinium traduntur, ut is infirmorum voluptatibus, ac jucunditatibus inserviens, penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inventori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam utilitatem simul atque delectationem attulisse rationi consentaneum videtur :
atque

^a Oribasius
lib. 6. collect.
cap. 25.

^b Lib. 2. c. 15.

^c 7. de Republ.

^d Lib. 26. c. 36.

atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, à quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore extitisse. nisi credamus antiquos scriptores propterea hujuscemodi res scribere neglexisse, quia vulgatæ, & omnibus manifestæ essent. Quæ temporibus nostris cum à plerisque ignorentur, operæ pretium me facturum spero, si breviter quid sentio, in medio afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiadē excogitados tradit ^a Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam parvos, modo ex lignis, modo ex ære, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit ^b Plinius) constructos, qui quatuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut à terra sublatis aliquantulum, quasi in aëre, pendere viderentur. Balnea similiter pensilia à Sergio Orata, teste ^c Plinio, primum inventa, non quæ supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut voluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam *labra illa vel marmorea, vel aenea, vel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu, alias leniter, alias vehementius agitari valerent*, quod ^d Seneca ad Lucillum scribens nobis manifestavit his verbis. *Balnearum suspensura inventa est: ne quid ad lautitiam deesset.* His igitur motibus quoscunque exerceri medici præcipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemve ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa jucunditas desideraretur, quæ profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quæ præter suavissimum illum motum, aquæ delectationem addebant, dum ea mollissime, blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namque balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quæ supra tecta fierent, quomodo in illis major illa voluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in aliis, non video. De pensili lecto dixit Herodotus, *gestationem in illo tamdiu faciendam esse, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat.* alteri tamen

ejus-

^a lib. 26. c. 3.

^b lib. 33. c. 11.

^c lib. 9. c. 54.

^d Epist. 90.

ejusdem auctoris sententiæ libentius acquiesco, videlicet hujusmodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus aliis sentio ob varias ac diversas ægrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo convenire posse, omnes vel mediocriter in medica arte periti uno ore prædicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum veteres habuisse invenio, quod σκινπόδιον Græci, *scimpodium* Latini eodem vocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen vel lectus parvus, vel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per vias tam viri, quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo *Augustum ac Tiberium in scimpodiis quandoque vehi solitos, cujusmodi mulieres tempore suo gestabantur*, secundo quod *Severus, dum Britanniam obiret, scimpodio undique oblecto ferebatur*. Ceterum qualis hujus instrumenti figura extiterit, haud satis constat: putandum est tamen sellam fuisse ita fabricatam, ut lectum plumeum parvum caperet, ita vinctum, ut pendere videretur, in quo si non penitus saltem ex aliqua parte, qui ferebantur, jacebant, & undique, ne ab aëris injuriis læderentur, cooperiri poterant. hoc intellexisse meo judicio videtur a Juvenalis, cum Crispinum quendam mordens dicebat.

a Satyr. 14
vers. 158.

*Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur
Pensilibus plumis, atque illinc despiciat nos.*

de eodem interpretanda est hæc inscriptio, quam mihi dedit Aldus Manutius, Paulli doctissimi & eloquentissimi filius eruditissimus, quamque Parma ad Andreæ Naugerium olim allatam retulit.

D. M.

L. AEMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. ISPE. NECA-
VIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO

E T. S I B I

G g

neque

¶ 10. Meth.

neque aliud significavit ^a Galenus, quando balnea ingredien-
 di modum hecticis præscribens hæc scriptis mandavit: Ἀφ' ὧς ἐν-
 τα βάλουμι καί με εἰς τὸ σκίμπος εἰς τὸ βαλανεῖον. Id est, *agro-*
tantem volo portari in scimpodio ad balneum, neque aliud Liba-
 nius rhetor in libro de sua ipsius vita intellexit, dum dixit:
 cum domi sum, in lecto jaceo; ubi vero in schola, in scimpodio,
 ¶ Lib. 19. c. 10. sicut etiam idem intellexit ^b Gellius, ubi scribit, se Frontonem
Cornelium pedibus graviter ægrum in scimpodio Graciensi cuban-
tem inuenisse. Patet itaque non modo ob delicias atque volu-
 ptates à majoribus nostris lectulos ac balneas pensiles, necnon
 scimpodia; verum etiam & à medicis gymnasticis ad exercen-
 da valetudinariorum corpora usurpata fuisse. Quale porro fue-
 rit instrumentum illud machinamentum raptorium, & *macrona*
 ¶ Lib. 3. c. 6. & Lib. 5. cap. ult. *sparton* à ^c Cælio Aureliano vocatum, qualisque apud eundem
recussabilis fera Italica nominata, quibus duobus gestabantur,
 nondum mihi plene compertum est, cum à nullo alio auctore
 ipsorum mentionem hucusque factam invenerim. nisi fuerit,
 ut supra diximus, *petaurum*, vel potius sit Cælii contextus
 depravatus.

CAPVT XIII.

De Navigatione, & Piscatione.

¶ 4. Aph. 14.

INter gestationis species, quæ plures exercendis corporibus
 extiterunt, navigationem quoque reposuit Antyllus, quem
 secutus Ætius, & post eum Avicenna manifeste eam pro
 exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam
 ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua
 divini ^d Hippocratis sententia, qua navigationem & movere
 corpus, & perturbare dixit. nisi quod Avicenna navigationem
 inter debiles exercitationes adnumeravit, Hippocrates vero
 eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius vehe-
 mentis quam remissi motus argumentum videtur. Hac navi-
 gationis exercitatione duas præsertim gymnasticas, sed non ad-
 modum usas invenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea
 utebantur vel ad aliquorum sanorum habitus conservandos, vel
 ad nonnullorum ægrotantium sanitatem comparandam. ad
 sanos

sanos utebantur navigatione, quod (ut ab ^a Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde navigantes semper coloratiores existunt, quam in paludibus degentes. Ad ægrotos vero, quoniam idem humores putridos ac nocuos tum vomitu, quem frequentissime insuetis præsertim parit, tum ventis ac vaporibus siccis exiccare natum est. quare dicebat ^b Avicenna navigationem lepræ, hydropisi, apoplexiæ, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus ejusdem magnopere prodesse. ^c Plinius vero & phthificis, & sanguinem excreantibus adjumentum afferre Annæi Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab hujuscemodi affectis Ægyptum peti non ob terram ipsam, sed propter navigandi longinquitatem censuit, ut etiam ejus ^d Ne-
pos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem rejectantem eo se misisse, & confirmatum à valetudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinii falso inscriptus in libro 1. de re med. senserit phthificis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari navigare, & marina loca visitare. quod etiam traditum est à Marcello medico. nam & Galenus 1x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos, annis aliquot inculpato vixisse, postea vero morbum recruduisse, ubi non pari cura vivebant. Modus in navigatione valetudinariis observatus sic ab Herodoto describitur, *quod à sexaginta stadiis incipiebant, & in duplum horum desinebant.* Porro navigationis plures fuerunt differentiæ, quando aliæ *in mari*, aliæ *in fluminibus*, aliæ *in magnis*, aliæ *in parvis navibus*, aliæ *remis*, aliæ *remulco*, aliæ *vento*, aut *vehementi*, aut *placidiore* fiebant. De navigatione per flumina traditum est à ^e Plutarcho, *eam minus nauseam producere, quam mare*, quod tam odor, quam timor è maris adpectu proficiscentium corpora perturbant, atque sic vomitum cient, quæ res à fluminibus minime contingit. contra Cælius Aurelianus in inveteratis capitis doloribus ceteris prætulit longam per maria navigationem, *quoniam* (ut ipse inquit) *fluminales, vel portuosæ navigationes, necnon stagnorum, incongrue judicantur, nimirum quæ caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimæ vero latenter,*

^a 14. partit.
Prob. 12.

^b Edoc. 2.

^c Lib. 31. c. 64.

^d Lib. 5.
epist. 19.

^e In lib. de
quest. natura.

atque sensim corpus aperiunt, & salsa proprietatis causa corpus adurunt, atque ejus habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos navigationis usus, quam pariter bellicæ studiosos amplexos fuisse diximus; quandoquidem naumachia illa, quæ à Romanis in circo, vel aliquo terræ sinu prope Tiberim manu facto tali exercitationi designato repræsentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos præcipue instituta, quales illa, quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis vino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoque apud me, huic summopere illas inservisse, ut in ipsis ad navalium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atque ad hoc existimandum, ea ratione potissimum adducor, quod Romani, ^a Polybio referente, bello Punico Carthaginiensibus mari bellum indicturi milites in navali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit ^b Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio, apud Bajas à se effecto, milites in navali exercitatione tota una hyeme detinuisse. ut hinc clarum esse possit, Romanos exercendis copiis suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atque hujus studii gratia * naumachias instituisse, & non modo pontem naumachiarum ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Ratia caeso Tiberium refecisse scribit ^c Plinius, habuisse, verum etiam locum peculiarem, cujus vestigia adhuc manent, quem-

^a Lib. I. Hist.

^b Cap. 16.

^c Lib. 16. cap. 39.

* Naumachia ita dicta à prælio navali; ad exercendam enim juventutem Romanam navali prælio Naumachia instruebantur; Harum una à Domitiano extructa fuit, sub colle Hortulorum, loco sane commodo, quod facile in vallem hanc, quæ Martia dicebatur, poterant aquæ per aquarum ductus ex locis editioribus deduci. Eunta enim terra undique muro cinxit fossam amplissimam, in quam ex aquæductibus enissa aqua, lacum seu pelagus efficiebat latissimum, ita ut navibus ac triremibus esset locus valde commodus, tali enim artificio nunc inducebatur aqua, nunc educebatur finito prælio, ut ubi modo pelagus, nunc tellus videretur; cum peregre adventantium præsertim stupore atque oblectatione. Adhuc supersunt nonnulla vestigia, ex quibus aliquo modo colligitur, quanta fuerit ejus magnitudo. Non desunt qui volunt ad Tiberim ferme excurrisse: navibus enim hic, triremium instar, navalia, ut dixi, mittebantur prælia, non minore spectantium voluptate, quam ea gerentium utilitate. Ex his enim exercitationibus ille fructus promanabat, ut spectantium oculi animique replerentur, & Romana juvenus ablegato otio assuefieret præliis, quibus Romanum propagandum & tuendum erat imperium, committendis.

quemque tempore naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam videretur, sicuti venustissime ^a Martialis demonstravit, ubi naumachiam à Domitiano Imperatore editam hoc carmine descripsit.

^a Lib. de spectac. epigr. 26.

*Si quis ades longis serus spectatur ab oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit:
Ne te decipiat ratibus navalis Enyo,
Et par unda fretis: hic modo terra fuit.
Non credis? spectes, dum laxent aquora Martem;
Parva mora est; dices, hic modo pontus erat.*

Sed ne frustra in superioribus dixisse videar, gymnasticam medicinam, atque bellicam præcipue navigationis exercitium habuisse, illud unum sciri volo, in ludis quoque, quos athleticæ partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatus necessarium raro fieri consuecisse. quod enim ^b Virgilius de Ænea in Anchisæ funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut verum extitisse, aut non sine veri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos, qui ibi facti à poëta pinguntur, si veri non fuerunt, saltem verorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter navigationis species piscatio non sine navigiis facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud ^c Plautum exercitationis gymnasticæ vicem subiisse videtur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur,

^b Lib. 5. Æneid.

^c Actu 2. sc. 1.

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio gymnastico & palæstrico hoc habemus, quæ tamen piscatio cum à ^d Platone improbata sit, quod neque animus, neque corpus in ipsa exerceatur, jure merito eam tanquam nulli utilem omnes fere gymnastici rejecerunt, nisi quod ^e Galenus ipsam inter exercitationes, quæ simul opera sunt, reposuisse videtur, sicut & Avicenna ingredientem piscatorias naves debiliter exerceri censuit. quorum sententias duabus de causis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declaravit, quasi exer-

^d In Sophista.

^e 2. de tuend. valet. cap. 8.

a 6. de comp.
med. secundum l.
b 38. partic.
probl. 2.

citationem hujusmodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet ^a Galenus piscatorum habitus duros atque aridos esse dixit. cujus ariditatis ratione ^b Aristoteles piscatores marinos pilis rufis præditos esse antea scripserat. unde medici, qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione velint, non video; præterquam quod cunctæ prope piscationes sub sole, & in locis sæpe malo aëre plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parvi æstimasse. Neque tamen defuerunt imperatores, qui exercitationis cujusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Cæsare Augusto scriptum est à Suetonio, & de Alexandro Severo à Lampridio, de quo ita scribit: *Ufus vivendi eidem hic fuit. primum ut, si facultas esset, idest si cum uxore non cubuisset, matutinis horis in larario suo, (in quo & divos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in quibus & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit, Christum, Abraham, & Orpheum, & hujusmodi deos habebat, ac majorum effigies) sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate, vel veñtabatur, vel piscabatur, vel deambulabat, vel venabatur.* Hæc Lampridius. Quid autem fuerint piscatorii ludi, qui quotannis mense Junio trans Tyberim à prætore urbano pro piscatoribus Tyberinis, auctore Festo, agebantur, nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cujus ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

C A P V T X I V.

De Natatione.

Magna, & fere incredibilis apud veteres fuit. semper natationis existimatio, tantumque per plura secula illius usus viguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla major ignorantia nota inuri posset, quam dum aliquis *nec litteras, nec natare scire dicebatur*, factum fuit, ut posteriores

res

res illud in proverbium contra bardos & prorsus inertes continuo receperint, adhucque ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia, si non eosdem honores obtinet, quibus anteaëtis seculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis jacet. Ratio enim, qua impulsu majores nostri natandi scientiam tanti fecerunt, hæc una judicio meo extitit, quod primis illis temporibus apud respublicas quascunque viri fortes præ ceteris, ut scribit ^a Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis, & civitatum salus, & imperii propagatio penderet: & ob id quisque vel saltem major nobilium, atque etiam aliorum pars comparandæ fortitudini usque à primis incunabulis incumberebat. Quocirca, ut in navalibus quoque pugnis, quæ tunc frequentius mittebantur, in transeundis vadis ac fluminibus homines, nandi arti confisi, pericula magis evadere possent, minusve formidarent, (quando sæpenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri evenisse memoriæ prodidit ^b Xenophon) sicque fortiores inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiam ratione *Romani veteres*, ut ^c Vegetius scribit, *quos tot bella & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Martium Tyberi vicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes ini-* *rent, in altero sudorem pulveremque diluerent, ac simul nata-* *re perdiscerent;* ut his rationibus, ac Vegetii auctoritate facile sit judicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: verum etiam ob valetudinis conservationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatum reliquit. quod item sensisse videtur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, balneum ingrediantur, ibique made- fiant, & si velint, etiam natent. Quod enim natatio exercitatio- nis loco habita fuerit, præter ^d Oribasii auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & à lavatione, de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoque ratio persuadet, nempe quia in hujuscemodi motione insigniter uni-

^a Sect. 17.
Prob. 5. &
2. Rhc. c. 4.

^b De Cyti
minoris ex-
pedit.

^c Lib. 1. de re
milit. c. 10.

^d Lib. collect.
6. cap. 27.

^a 23. part.
 Prob. 9.
^b 4. De locis
 affect.

^c Oribasius
 lib. 6. cap. 27.

^d Epist. 17.

^e Epist. 6.

universum corpus, & movetur, & laborat; ut ^a Aristoteles aliquando eam cursui comparare non ineptum duxerit, ^b Galenusque pueros temporis sui in aquis γυμναστικάς παιδικὰς facere consuevisse scripserit. Quo pacto vero similis exercitatio perageretur, tanquam res vulgatissima silentio præterita fuit fere ab omnibus, uno excepto ^c Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora præcalfecisse, deinde è vestigio in aquam se projicere debere voluit, quasi omnes fanitatis gratia natantes eas regulas observarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores observavi, aliquando in ipsis gymnasiis, sive privatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasiis adhuc duobus modis natabant, vel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstravimus: tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinæ linguæ auctores proprie loca piscibus alendis & saginandis dicata significare credatur) vel in labris illis amplis, quæ adhuc Romæ visuntur. Quod in piscinis, quæ in frigidario thermarum ædificatæ erant, quasque thasio lapide aliquando circumdatas fuisse tradit Seneca, narent, omnium clarissime ostendit ^d Cæcilius Plinius, qui in epistolarum libro. I I. villam suam exactissime depingens, de balneis ejus ita scribit. *Inde balnei cella frigidaria spatiosa & effusa, cujus in contrariis parietibus duo baptisteria veluti ejecta sinuantur, abunde capacia. Si innare in proximo cogites, adjacet unctorium hypocaustum, adjacet propnigeum balinei, mox duæ cellæ magis elegantes quam sumptuosæ.* Sed hoc clarius explicat ^e libro quinto, ubi Tuscos suos describens inter cetera hæc habet. *Inde apodyterium balinei laxum & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplum atque opacum, si natare latius, aut tepidius velis.* Ex quibus omnibus satis apertum est, in gymnasiis sive balneis veteres nare solitos, atque in frigidarii baptisterio, alias *piscina* vocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in libro de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in VI I. Methodi siccitatem ventriculi laborantes curandi rationem edocens, magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. idest, *in piscinis natando institutis*, quam ἐν ταῖς μικροῖς πύλοις *in parvis alveis*. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasio-

mnasiorum ædificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta verba ait. *In area piscina est* : & ante Plinium ^a Martialis, qui lib. I I I. Ligurini cujusdam insulsi importunitatem describens dixit,

*In thermas fugio, sonas ad aurem;
Piscinam peto, non licet natare.*

ni velimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quam fuisse Romæ, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicæ piscinæ clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. *Piscina publica hodieque nomen manet, ipsa non extat, ad quam & natatum, & exercitationis alioqui causa veniebat populus* : unde Lucilius ait, *Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est*. De hujuscemodi piscinis scriptum est à Dione Maccenatem omnium primum in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod vero in labris illis similiter natarent, vel saltem natantium instar moverentur, conjicio, cum ex magnitudine labrorum, tum ex verbis Galeni in I. ad Glauconem, quando in tertianæ curatione natationem in aqua commendat; quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Cælii Aureliani verbis, qui in capitis dolore, atque etiam in arthriticis curandis, natationem minime sub dio factam, necnon ferventem, atque etiam frigidam probans, duo demonstrat; primum in locis clausis, & etiam apertis, qualis erat area piscinæ, alterum tam in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationem ferventem solum in labris factitatum, quod si Plinius in locis paulo ante citatis piscinæ calidæ mentionem fecit, sub hisce verbis, *coheret piscina calida mirifice, ex qua natantes mare aspiciunt*, de calefacta vi solis, & maritimo situ potius, quam de fervefacta ab igne, ut intelligit Cælius, verba fecisse videtur. Quæ extra gymnasia, sive privata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens ^b Aristoteles, dixit, *melius in mari, quam in fluvio natari, diutiusque ibi moram trahi*, quoniam veluti mare aquæ suæ corpulentia, crassili-

^a Epigr. 44.

^b 23. partic.
prob. 12. & 14.

a Cap. 9.

tieque majora, quam dulces aquæ sustinet onera, ita facilius corpora hominum elevata tenet, & consequenter mirus illa penetrare potest, cum dulces aquæ ob tenuitatem suam citius & levius illabantur. Extra balnea quoque apud aliquas nationes loci peculiare nando construebantur, & ideo κολυμβήθραι vocabantur, sicuti legitur apud ^a Joannem Evangelistam de Jesu Cæco dicente, ἔπαυε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τῆς σιλωάμ, ἣν κλητοὺς ubi *natatorium Siloë* antiquus interpretes transfudit. Itaque natationem arcendis morbis, sanisque corporibus exercendis & conservandis usitatam fuisse¹, jam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri, verumtamen illud animadverti volo, plerumque ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consuevisse, cujus gratia in æstate duntaxat natari solitum fuit.

CAPUT XV.

De Venatione.

^b In lib. de
Judo parvæ pi-
læ. cap. I.

f. Felit.

De venatione
in princip.

PRæclarissima extat ^b Galeni sententia, ex omnibus corporum *exercitationibus eam proculdubio utilissimam videri, quæ nedum corpus fatigare, verum etiam animam oblectare valeat*, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in venatione eam exercendi corpora formam invenerunt, in qua mirifico quodam modo labores voluptate, quasque laudis cupiditate ita temperantur, ut facile judicari non possit, major ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic quod natura ipsa, quæ animalia cuncta hominis causa produxit, venationem quasi præcipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, videtur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumque nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi vigor augeatur. Ex quo nemo non videt, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus iisque validis & sanis conservandis, venationem tantopere æstimarunt, cujus nimirum studio antiqui illi medicinarum parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Æsculapius usque adeo, sicut refert ^c Xenophon, arserunt,

serunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus valde excellebant sibi impendendum quotidie putarent. Neque vero solam medicinæ gymnasticam hujuscemodi exercitationem, sed bellicam quoque & athleticam recepisse, probasseque credendum est; siquidem vel delectationem & gloriam, quarum gratia athletæ laborabant, vel militarem peritiam & fortitudinem, quibus bellicæ gymnasticæ exercitatores invigilabant, si spectemus, cumulatissime omnes in venationis exercitio reperiuntur, atque in eo præsertim, quod non in avibus decipiendis, sed in terrestribus animalibus sine dolo capiundis laboriose versatur, de quo magis nostram hanc tractationem intelligi debere volumus. Et ne sine illustrium auctorum testimoniis hanc sententiam audacter nimis proferre videar, quomodo unaquæque gymnastica venandi exercitatione usa sit, jam inceptam viam insequens demonstrare conabor. Quod enim illa bellicæ fortitudini assequendæ maximum adjumentum præbere putaretur, locupletissime testatum fecit Plato, qui postquam in Theæteto, & vii. de legibus venandi disciplinam in tres species, *aquatilium* scilicet, *volatilium*, & *terrestrium* animalium distinxisset, improbat aliis duabus pro juvenum educatione, de terrestrium venatione in fine vii. de legibus ita concludit. Πεζῶν δὲ μόνον θήρεσις τε, καὶ ἄλλα λοιπὴ πῶς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τ' ἐδιδόντων αὐτῷ, καὶ μέρῃ νυκτερεῖα κληθεῖσα, δρυῶν ἀνδρῶν, οὗτοι ἀξία ἐπαίνου, εἰδ' ἢ τ' ἀξιαύματα πόνων ἔχουσι ἀρκυσι τε, καὶ πάγαις, αἳ δ' εἰ φιλοπόνου ψυχῆς νίκη χειρὸς μύων πῶς ἔχειν τ' θηρίων ἐώμῳ, μόνῃ δὲ πᾶσι λοιπῇ καὶ δρίστη ἢ τετραπόδων, ἰωποῖς, καὶ κυσὶ, καὶ τοῖς ἑαυτῶν θήρεσι σώμασιν, ὧν αἰπάντων κρατῶσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς αὐτόχειρες θηρόντες ὅσοις ἀνδρείας τ' θείας ὀπμιελές. Id est, Solum itaque terrestrium venatio, capturae, athletis nostris reliqua est, atque harum, quæ dormientia animalia, peculiari vocabulo nocturna vocata, persequitur, sequebatur, nullamque meretur laudem, sicuti nec illa, quæ laborum intermissiones habens, retibus & laqueis non laboriosi animi victoria ferarum robur evincere conatur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus venantur, quos omnes superant illi, qui fortitudinis divinæ possessionem curantes propriis manibus currendo, feri-

riendo, & jaculando venationi operam navant. Ex quibus verbis clare patet, quantum Plato in comparanda fortitudine bellica, divina ab ipso nuncupata, venationem dixerit exercitoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicamus. Evidentius, quam Plato, locum hunc explicasse videtur Xenophon, qui de Cyro in ejus pædia ita scriptum reliquit : Τῆς πολεμικῆς ἡ ἐνεκα ἀσκήσεως διὰ τὴν ἡμέραν ἐξήγεν, ὥσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ὥστε χρῆναι, ταύτῃ ἡγεμῶν, καὶ ὅπως δεῖσιν ἀσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἰπποικῆς ἡ ἀληθεστάτη. Id est, *Exercitationis autem bellica gratia eos ad venationem educebat, quos hac exercere oportere existimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum optimam, & equestris verissimam.* Quo in loco nemo non videt, quam aperte venationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in libro de venatione juvenes ad capeffendam hanc exercitationem duabus præcipuis rationibus adhortatur; tum quod corporibus bonam valetudinem comparat : tum quod eos ad bellum maxime instituit, strenuosque milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At

a Aristoteles non tantum bellicæ exercitationi venandi studium conducere voluit, quinimo illud ipsius partem manifesta oratione fecit : ut nulla amplius dubitatio supersit, quin inter ceteras militari gymnasticæ inservientes exercitationes venatio quoque locum obtinuisse dicatur. Quod vero nec athletica professio hujusce generis exercitio caruerit, venationes in amphitheatris ab imperatoribus sæpenumero repræsentatæ, & apud Latinos scriptores mirum in modum celebratæ demonstrant : quæ licet ab hac nostra multum diversæ fuisse appareant; illius tamen speciem præseferebant, nempe cum bestiarum, atque alii mortis supplicio condemnati eo prorsus modo adversus feras, usque ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo venatores contra minus immanes belluas pugnare consueverunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet venationem valetudini & bono corporis habitui comparandis tuendisque probarent, nemini non constare arbitror, quando, præter Xenophontis sententiam citatam, præter *b* Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes

a Lib. 1. polit.
cap. 5.

b 2. de tuend.
valet. cap. 8.
& in libro de
ludo parvæ
pila.

COR-

corporis sanitati inservientes eam reposuit, ludoque parvæ pilæ in hoc solum inferiorem fecit, quod majori apparatu indigeat, propterea nec artificibus, nec civilibus negotiis implicitis conveniat, præter juniorem ^a Plinium, qui venatione corpus sanum conservasse insinuat, præter aliorum argumenta, unum ^b Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, *contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli venatores, ob summam valetudinem assiduis exercitationibus partem, incolumes evaserint.* ne silentio præteream Lacedæmonios, à quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negavit. cui statim respondit coquus, ideo illud evenisse, quia nec in venatu, nec in cursu laboraverat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedæmoniorum epulæ condiebantur. Itaque mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usque adeo sanitatis & vitæ studiosum fuisse scimus, venationi ita avide operam dedisse legimus, ut septem annis, neque urbis, neque ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuivis jam esse potest, quantum in exercendis pro valetudine corporibus venatio apud veteres æstimata fuerit. cujus cum multæ essent species, quarum aliæ retibus, aliæ laqueis, visco & aucupii, aliæ carnivoris & rapacibus avibus, aliæ canibus, sagittis, vel puris, vel tinctis; quas ideo Gallos venatores *helleboro inficere* consuevisse tradit ^c Plinius, *quia circumciso vulnere caro tenerior sentitur* : aliæ armis modo in volatilia : modo in terrestres belluas peragebantur : illas venationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, vel currentes, quam equis vecti feras canibus & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum majorem animis voluptatem afferre nemo negarit. Eam enim venationem, quæ cum accipitribus & asturibus adversus aves hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, quod, licet ^d Aristoteles memoriæ prodiderit, in ea Thraciæ parte quæ olim Cedropolis vocabatur, homines *societate accipitrum per paludes aucupari* consuevisse; nihilominus genus illud venationis nostræ valde dissimile fuisse videtur; quandoquidem illi ipsi lignis, quæ manibus tenebant,

^a Lib. 6.
epist. 18.

^b In 30. contract. 13. c. 3.

^c Lib. 25. c. 5.
in fine.

^d 7. de hist.
animalium;
cap. 36.

arundines & fruteta movebant, unde aves ob strepitum excitatas, evolantesque accipitres desuper insectabantur, quorum metu aves perculsæ terram repetebant, ibique percussæ baculis à venatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum vero accipitribus atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse, & Constantini imperatoris ætate inventum esse, insinuat Julius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam venationem, quæ canibus arte quadam instructis, & retibus adversus qualeas, perdices, & fassianos exercetur. Sed de his satis.

Explicit liber tertius.

HIERONYMI
 MERCVRIALIS
 DE
 ARTE GYMNASICA
 LIBER QVARTVS.

CAPVT I.

De ratione agendorum, & de exercitationis usu.

CUm gymnasticæ originem, ejusque species, & species (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, jam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostræ institutum relinquitur, prius universales, communesve exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, verumetiam uti unusquisque possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere valeamus. Fuiſſet profecto inanis prope labor, ac vanum studium exercitationes usque adeo apud veteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnasticam, & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus hæc nostra lectitare, iisque ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus, Hippocratis atque Platonis placita secutus, in omnibus quidem artibus, sed præsertim in medicina, universales methodos parum juvare clamat,
 nisi

nisi particularium tractationes, ac individuorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inventæ certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phædro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam viam incedentes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus *motum quendam corporis esse*, atque omnem motum necessario differentiarum nonnullarum sequantur, nimirum vehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & propterea in quovis motus localis genere corpus quod movendum est, locus ubi moveri debet, tempus in quo moveatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserint, opinionibus, primo *differentias illas exercitationem consequentes declarabimus*: secundo, *quæ sint corpora exercitationibus apta, & quæ inepta, demonstrabimus*: tertio, *qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam navare debent, qui vel confirmandæ, vel conservandæ valetudini student*: quarto, *quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur*; sicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quivis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta hæc tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis præscriberetur, ideo quinto subjungam, *quantum exercendum sit*. Addam & sexto *modum, quo exercitatio adiri debeat*, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac materia jure desiderari queat, & quod ab ^a Hippocrate, sive Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessarium positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco præfandum esse judico, ea omnia, quæ in hoc quarto volumine tradituri sumus, tanti in universo exercitationum negotio momenti existere, ut iis vel ignoratis, vel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: *innumera quandoquidem exercitationes*, ut præclare scriptum est à ^b Galeno *opportune ac prudenter*

^a 1. de dicta.

^b 2. de tuend.
valet. c. 7. &
libr. de cibis
bon. & mal.
sic.

ter

ter administrata, errores tum natura in corporis temperie factos, tum hominum in victus ratione commissos emendare, prorsusque delere nata sunt, veluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi valetudine affectum opportunis, ac moderatis exercitationibus ita corporis sui habitum roborasse scribit *a* Plutarchus, ut ad multa magnaue certamina se validum reddiderit. Contra, si eadem temere nullaue opportunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis à natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: verumetiam plurima ac sævissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate & opportune peractis vitam sanam traducere, nullisque medicamentis indigere possent, iidem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisve medicamentis opus habeant.

a In ejus vita

CAPUT II.

Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate.

SI igitur tales, tantæque exercitationis utilitates existunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis pravas omnino, atque humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. hos etenim in tres sectas antiquitus partitos esse scribit *b* Galenus, quorum alii quascunque exercitationes veluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alii neminem exerceri vetandum voluerunt; Alii media quadam via incedentes assuetos solum exercendos judicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita, & recensere, & refutare operæ pretium duco, ne, si vel taceamus, gratis eos reprehendere videamur; vel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tamquam sanitati conductia interdum accipiantur. Erasistratus itaque, Praxagoræ, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusienensis magnæ auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remediis opiniones, medicamentorum fere, &

b 5. de tuend.
valet. cap. 11.

sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam valetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores vero gignuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata sumptione & concoctione, concoctio vero qualibet quiete, ut indicat somnus, magis perficitur; à motu, qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur; unde ipsa depravata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturæ quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem & dulcedinem, quibus numquam sanus homo privari debet, è medio tollit, atque sic sanitati potius obest, quam prodest. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem præsentem conservari, per quæ amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conservatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter nativum humidum exauriri, quæ duo sanitatem corrumpere, & non conservare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore, & in commensurato nativo humido tota consistat, addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam vitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus vacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos vehementer aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam utilitatemve penitus considerare voluerint. Nam cum à corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quæ nisi instaurarentur, vitam facillime perderent, ideo cibo, quoad vivimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumvis opportunus & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum convertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quæ nisi continuo foras

foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod prævidens sagax natura meatus ac vias multas illis expurgandis paravit. quæ procul dubio cunctis exinaniendis cum non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus expirationibus à nobis separemus. alioqui si ocio & torpore hujusmodi excrementa retineantur periculum est, ne innumeræ morborum exitialium species generentur. & iccirco præclare Socrates apud Platonem in Theæteto dixit, *habitus corporum ab ocio & quiete destrui, ab exercitationibus vero & motibus conservari*; quod forsân ex eo ^a Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanæ vitæ traducendæ rationem breviter exponens, ita scripsit : ἀσκησις ὑγίης, ἀνταρτία τῆς φθίσεως, ἀσκήνη πόνων, videlicet, quod in hoc sanitatis conservatio collocatur, *ut satietas ciborum vitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur*. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem majorem acquirunt, omnesque corporis virtutes in propriis perficiendis operationibus expeditiores & fortiores evadunt. ut recte dixerit ^b Hippocrates, sive Polybus, ἀνθρώπου ἐσθίου καὶ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέη, quod scilicet *homo, qui comedit, minime sanus vivere potest, nisi laboret*. Sed ne Erasistratum atque Asclepiadem gratis refutare videamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum æqualitate sitam esse, atque hanc æqualitatem ab optima succorum generatione & concoctione conservari; dicimus tamen concoctionem ipsam & à quiete effici, & ab exercitatione opportune ac moderate adhibita non parum adjuvari; quandoquidem si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatum per exercitationem levatus valentior redditur, magisque excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportuna succorum optimam concoctionem non suggerant, simulque sanitatis conservationi non valde conducant, non video. unde si motum intempestivum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoque illis assentimur; at si motum tempe-

^a Epid. sect.
⁴ aphor. 20.

^b 1. de dieta,

stivum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate versari eorum dogmata cuiusvis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque pravos cibos offendere multum exercitationi deditos, nempe quibus profundi somni à laboribus eveniant, & tales deinde somnos optimæ concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione asseriebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde voluptatem sanitati conjunctam, ipsamque sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam vehementem motum anhelitum alterantem esse decrevimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, jucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quæ momentanea est, non immoderata, immo majoris & longioris delectationis præparatrix, nempe cum corpus à superfluitatibus liberet, omnisque naturalis exinanitio juxta ^a Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiã ^b Porphyrius philosophus adductus carniū usum ad sanitatem damnavit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem præsens sanitas conservetur, per quæ absens recuperatur, quoniam etiam ipse Asclepiades & Erasistratus per inediam trium & quatuor dierum, ut ^c Celsus & ^d Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conservandæ maxime nocere, fatui quoque affirmarent. præterea Hippocrates, ejusque sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobaverunt; at iidem sanos non modo à medicamentis, non juvari, sed sanitatem apprime lædi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, à veritate longe recedere; ne longior mea evadat oratio, si omnia quæ ad refutandam illam valerent, in medium afferre vellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum

^a Probl. sect.
12.

^b 2. de abst.
ab animal.

^c Lib. 7. in
proœmio.
^d Lib. 26. c. 2.
& 3.

dum sibi debitum, hoc est mediocritatem transire, & consequenter nativum humidum, à quibus duobus universus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam veram minime esse facile convincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreverunt, consideretur; quæ tamen si calorem nativum augeat, superfluosque humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam nativum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quæ ipsum humidum turbare ac inficere possent, idem conservet, & simul cum calore vividum reddat, necnon carnes & cetera membra solidiora & puriora efficiat; ex quo venustissime ^a Galenus carnes utentium exercitatione *πρὸς ἀρετῆς ἔδη πεπιγῶσι*, sive *caseis jam exacte coagulatis*, & non utentium *πρὸς ὑπατιγυμνασίοις*, sive *adhuc coagulationem subeuntibus* adsimilavit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam vitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta, quam vehementem motum esse definiebamus, vera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos vel frictione, vel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani vivant; quando quotidie ea ratione complures ægrotare, atque etiam interire in carceribus videmus. unde ^b Averroës pravitatem ab exercitationis privatione nascentem probaturus à carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes læsas habent, quod non magis homini, quam aliis animalibus latentibus, & volucris in cavernis detentis accidere dicebat, quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi perquam rari sunt, & usque adeo valida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiæ nostræ ^c Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aëris constitutionem describens, prævovosque in illa genitos morbos recensens, dixerit: *Εἴνετο ὁ ταῦ-*

^a Com. 3. de artic. aph. 1.

^b 6. collect. cap. 2.

^c 1 Epid. sect. 1. principio.

τα μερεσίοισι, νέοισιν, ἀκμαῖσιν, ἢ τετέων τοῖσι πρὸς παλαίστραν, ἢ γυμνασία
 πλείστοι. Id est, *Fiebant autem hac adolescentulis, juvenibus,
 atate florentibus, atque horum iis precipue, qui in palaestris, &
 gymnasiis exercebantur.* quoniam si recte verba auctoris vetu-
 stissimi examinentur, dictis nostris maxime favent, cum ibi
 narretur, corpora exercitata ob calorem & virium firmita-
 tem morbis illis magis resistisse, atque feliciori ceteris successu
 evasisse. Itaque nulli jam obscurum esse arbitror, quam gra-
 vibus in erroribus versarentur illi, qui (audacter ne magis,
 an insolenter, an quod novarum opinionum studiosi essent,
 ignoro) exercitationem sanitatis conservationi nullam opem
 præstare affirmarunt : & contra, quam probe, & prudenter
 effecerit Hippocrates, Plato, & Galenus, & Avicenna, qui
 nullum præstantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa
 recta victus ratione, necnon exercitationibus opportune ad-
 ministratis memoriæ tradiderunt. quæ duo cum diligenter pro-
 fiterentur olim Persæ, usque adeo turpe reputarunt aliquos
 spueri, emungere, & flatibus plenos videri, quasi sic (ut scri-
 bit ^a Xenophon) coarguerentur neque modico victu uti, neque
 laboribus humiditates corporis consumere.

^a Lib. I. de
 Cyni Pædia.

C A P V T I I I.

*Improbatio eorum, qui omnes homines exerceri
 debere sentiebant.*

Refutata eorum falsa opinione, qui exercitationem cor-
 poris ad sanitatem nihil conducere asseriebant, jam eos
 confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu ha-
 bito injungendas exercitationes esse censuerunt : quos præ-
 dictis meliorem sententiam habuisse, & ratio ipsa, & ^b Gale-
 ni auctoritas persuadent. Isti etenim animadvertentes, Hip-
 pocratem hanc indefinitam propositionem enunciasse, (*Labo-
 res cibum præcedant*) dixerunt senem præcepisse, ut omnes
 homines ante ciborum sumptionem sese exercerent : ad hæc
 sententiam suam aliis rationibus confirmare nitebantur, qua-
 rum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationi-
 bus inclinari, quemadmodum pueri vel mox in lucem editi
 atte-

^b 5. de tuend.
 valet. cap. II.

attestari videntur, & propterea inclinationes à natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturam elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in majori hominum parte exercitationum inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimum præstare, nemo negat : alia ratio, qua moti isti in similem opinionem devenerunt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quæ continuo expelli necesse est, alioqui aucta & accumulata nativum colorem consopirent, pessimosque morbos citra controversiam progignerent, atque hujuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, diffaturve : consentaneum rationi plane videtur, nullum reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exereitatio minime conveniret, procul dubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab iisdem juvari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem injungendas exercitationes esse prædicabant : sed & ipsi apertissime hallucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturæ & conditiones usque adeo diversæ sint, ut neminem invenire (sicut scribit ^a Galenus) alteri similem prorsus liceat, sintque quibus medicamenta noceant, quibus prosint, quos immodicus coitus, sive *λαγνεία* secundum ^b Hippocratem, ^c Aristotelem, & ^d Galenum juvet, quos vel minimus lædat, & sic de singulis : pariter rationabile fit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde universale illud præceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi favere sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit ^e Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis & cibi auctor ibi sermonem habuit : quasi innuere voluerit, quibus exercitari expedit, præcedere

^a 2. de temperamentis.

^b 6 Epid. con.
^c 1 part.
 probl. 51.
^d 5 Aphorif.
 22.

^e 5 de tuend.
 valet. cap. 11.

a 6. Epil.
con. 4.

b 5. de tuend.
yalct. cap. 11.

c In lib. de
diæis, & faciliis
Socratis.

exercitationem cibos debere : quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse, in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere censet. Ratio vero prima, qua sententiam suam adstruebant, licet vera sit, atque à Platone, ac *a* Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur : siquidem homines à natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam vitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nunquam moveatur; at quod iidem inclinentur ad eos vehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes vocamus, nulla ratio dicat, neque ullus sanæ mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos judicari debere. Ad alteram rationem, quæ certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus hujusmodi exinanitio peragatur, falsum omnino est : quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam vehementiam simili evacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis, & alterius cujusdam exemplis demonstravit *b* Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusque balnei usu se liberaffe, sanosque conservasse testatur. quod vero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum verum esse, videlicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus non parum juvamenti percipere, ut Socrates apud *c* Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores evadere, quam naturali fortitudine præditos, sed inexercitados, & post Socratem Galenus, qui multos à natura infirmo corpore genitos moderatis exercitationibus naturæ errores correxisse, & quasi novum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alii; siquidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, causis antedictis exercitationes non requirunt, quia vires non sunt,

sunt, quæ exercitationem inhi-beant, sed intemperies corporis, quæ dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. ^a Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atque illos, qui hoc asseverarunt, toto cælo aberrasse; quamvis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet vel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum æque perniciosum & letale invenitur, atque cujuslibet motus cessatio, consumatumve otium, quibus non tantum universus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natus hebetatur, humiditates supervacuæ crescunt, molestusque quidam omnium virium torpor connutritur, verumetiam, ut dicebat ^b Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida evadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui ad humoribus frigidis plerumque originem ducentes, vel ad mortem, vel ad perpetuam valetudinis offensionem perducunt.

^a 2. de tuend. valet.

^b lib. de cibus boni & mali succi. ut & lib. de caus. morborum. & lib. 2. de fract.

CAPUT IV.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri volebant.

Restat falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse judicabant. quorum sententia tametsi speciem veritatis quandam præferat, ceterisque duabus jure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore vacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasque supra naturæ condiciones illam statuere videtur. Ceterum, ne horum placita injuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iverunt, & errata, quæ commiserunt, & in medium proponemus, ut veritas facilius elucere æquo judici possit. Isti itaque cum legissent apud medicorum principem Hippocratem, eos, qui ^c consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles & senes, non consuetis, fortibus, & juvenibus facilius ferre; quaque ex longo tempore consue-ta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseveranter pronuntiarunt, neminem

^c 2. Apho. 49 50

inaffuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat affuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuilibet rei insuescunt, magna ex parte naturæ suæ convenientem consuetudinem deligunt; quoniam lædencia experti, illa repudiant, & iuvantibus adhærent. unde exercitationibus affueti in illis tamquam sibi familiaribus conservari debent: qui vero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt removendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & à quiete utilitatem capere. Secundo, quod juxta philosophorum & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblæduntur, atque illi, qui naturam pervertere, & adversus illius impetus obtendere conantur. Tertio, quod si consueti quiescere longo tempore sani ita vixerunt, verisimile fit, in eadem quiete reliquum vitæ cursum ipsos sanos peracturos; ex adverso verendum esse, ne iidem ægritudines diversas incurrant; siquidem permutantes in contrarium, vivendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium videtur. Hujuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia ^a Hippocrates in omnibus *ad inassueta trans-eundum esse* judicavit, ne quando ad illa descendere coacti graviora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quæ consueta sunt, nimis perniciofa existunt, qualis est consummata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut voluerit, quemadmodum & nos, velimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoque transeundum sit, & præsertim cum assueta valde prava sunt, & inassueta multo meliora. Primæ itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse universali-

• 2. Aphorif.
59.

versaliter intellectum, quoniam sicuti multi consuetudinem naturæ eorum convenientem induunt, ita quamplures vel dulcedine allekti, vel negligentia, aut aliis detenti studiis, vel præ nimia stupiditate sese lædi non sentientes, in malis consuetudinibus, & naturæ ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo, & assueti, & dediti, qui quietis voluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueverunt; non autem quod eam tamquam sibi ipsis convenientem elegerint, nimirum quam jam ante hominibus cunctis inimicam probavimus. Ad secundam vero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas pravas, id est naturales intemperies emendare, in meliusque permutare omni arte contendunt, ut sanitatem & habitum bonum corpori ingenerent, cur item pessimæ consuetudines ab illis in honestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo præsertim quod facilius exuuntur, quæ consuetudine fuerunt contracta, quam quæ à principio ortus à natura tradita. accedit huc, quod otianti consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat ^a Celsus) *potest incidere laboris necessitas*. Tertiæ præterea rationi opponimus eos, qui in pravis consuetudinibus persistunt, tamen si ob jucunditatem non advertant, perturbari, ut innuere voluit Hippocrates, dum haudquaquam inassue-ta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus vitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat ^b Galenus, illi, qui cibis mali succi victitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet vel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseverantes sæpenumero intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores pravi otio nutriti, & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas ægritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est universis sanam vitam optantibus, ut malæ consuetudini innutriti minime se voluptate atque damni ignorantia decipi sinant, immo quam-

^a Lib. 1. c. 3.
in principio.

^b 2. de aliq.

primum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐν προπαιδείῃ studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque hæc pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quæ corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promissimus, ipsiusque tractationis ordo exposulat, exercitationum breviter percurremus.

CAPUT V.

De exercitationum differentiis.

Q Vicumque ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam προπαιδευτικήν ἡμιγυμνάσιον five præviam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικήν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Prævia five præparatoria exercitatio secundum ^a Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitator, ac celerior, quæ non modo corporis motu, verum etiam frictionibus, & unctionibus, similibusque aliis peragebatur, quaque ad curandam corporis rationem, cogendamve laxitatem, ut plurimum post venerem utebantur, quamvis etiam interdum uterentur ante alias graviores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit ^b Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac à contrario ad contrarium absque medio subitus fieret transitus. Αποθεραπευτική exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species à Galeno ponitur, atque utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra valentiolem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, aliisque hujuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exiccatis à nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post graviores exercitationes, post vigilias, post mœrores interserviebat; & proinde hic motus à ^c Galeno extrema exercitationis

^a 3. de tuend.
valet. cap. 11.
12.

^b 2. de tuend.
valet. cap. 8.
2 de tuend.
valet. cap. 3.
3 de tuend.
valet. cap. 12.

^c 2. de tuend.
valet. cap. 12.

tionis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, utpote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem validam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse ^a legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias à motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quæ ab extrinsecis accipiebantur, plerumque à loco nomen sortiebantur, quando vel sub dio, vel sub tecto, vel in mixta umbra, quam *ὑποστυμνίη* Græci vocant, exercitatio peragebatur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & præterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiæ ab utendi rationibus acceptæ hujusmodi extiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, æqualis, vel inæqualis; si intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem; præterea, vel sine pulvere fiebat, vel cum pulvere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur vel sine oleo, vel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quæ autem ab ipsius motus quantitatibus acceptæ inveniuntur differentiæ, tales sunt, quod exercitationes vel multo tempore durabant, & multæ dicebantur, vel brevi, mediocri, atque pauca, & mediocres vocabantur. Differentiæ à motus quantitatibus desumptæ illæ quoque fuerunt, quæ à vi motrice accipiebantur: nam si vis magna erat, magna exercitatio; si parva, parva; si mediocris, mediocris appellabatur. Porro à qualitatibus ita differentias à ^b Galeno captas invenio, quod aut in brevi tempore multum spatii metiebatur exercitatio, sive breve spatium sæpius in modico tempore terebatur, atque hæc exercitatio celer, acuta, & velox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus parvæ pilæ, & coryci, *ἐκπλεθίζεν, πτυλίζεν*, & quæ in palæstris actitabantur humi circumvolutiones; aut multum temporis in brevi spatio insumebatur, tarda & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, vectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, sive breve pluries movendo peragebatur,

^a 2. de tuendi
valet. cap. 8.

^b 2. de tuendi
valet. cap. 8.
& cap. 10.

sicque mediocris exercitatio evadebat : præterea magnarum alia præter vim, celeritatem quoque adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον, id est *vehemens*, *robustaque exercitatio* dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, grave telum jaculari, continuatis quam maxime ictibus, necnon gravi armatura celeriter agitari; alia sine velocitate fiebat, & εὐπρόνον γυμνάσιον, id est *valens exercitatio* vocabatur, sicut fodere, per acclivia ambulare, quatuor equos habenis simul coërcere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesque Milonis exercitationes. quod enim *vehemens*, & *valens exercitatio* communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quæ ^a Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes, & equitationem magnam vocavit. Similiter & parvarum alia cum aliqua velocitate fiebat, & remissa, sive ἐκλυτὸν vocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς, sive languida, aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant vectationes sellis, lecticis, navibus piscatoriis, & similes gestationes : alia neque *vehemens*, *valens*, *remissa*, *languida*, sed harum omnium media erat, mediaque, & mediocris appellabatur, quales moderatæ equitationes, & moderatæ ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, *præviā*, *apotherapeuticā*, & *simplicem*; *simplicium alia sub dio agebatur*, *alia sub tecto*, *alia in mixta umbra*, *alia in loco frigido*, *alia in calido*, *alia in humido*, *alia in sicco*, *alia in horum medio*; præterea, aut erat *perpetua assiduaque*; & *vel æqualis*, *vel inæqualis*, *aut intermissa*, & *vel inordinata*, *vel ordinata cum pulvere multo*, *vel exiguo*; *aut sine pulvere*, *aut cum oleo modico*, *vel multo*, *aut sine oleo*, *aut multa*, *aut minor*, *aut mediocris*, *aut velox*, *celer*, & *acuta*, *aut tarda*, & *lenta*, *aut mediocris*, *aut magna*, & *sive vehemens*, *robustaque*, *sive valens*, *aut parva*, & *vel remissa*, *vel languida*, & *imbecillis*, *aut media*. Superfunt modo dubitationes duæ solvendæ ex dictis nostris subortæ, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam vehementem, aliam remissam & parvam effecimus, cum tamen ^b Galenus apertissime scriptum reliquerit, *non omnem motum esse exer-*

^a con. 1. aph.
6.

^b 1. de tuend.
valet cap. 2. &
2. aph. con. 16.

cita-

citationem, sed vehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes fodere collocavimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse judicavit. Primæ dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam à nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum vero non hanc motum vehementem esse definivisse, sed potius exercitationem propriè vocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiæ repugnare videtur; sed si quis adhuc à nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat parvitat, magnitudinis, & hujusmodi, huic ita satisfactum iri volumus, exercitationem propriam, quamquam ex se vehemens motus semper existat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo parvam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilæ magnæ, & lucta sunt propriæ exercitationes, quæ si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnæ & intensæ, nunc parvæ & remissæ vocabuntur: pariter hæ eadem exercitationes juveni non admodum valido magnæ & vehementes erunt, si laboriose fiant, at in robuste athleta respectu habito parvæ & remissæ apparebunt. Pro secundæ dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum à finibus donari, & proinde easdem res, prout variis finibus aguntur, varios characteres, variaque nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens, & philosophus naturalis vocabitur; si gratia eas vel conservandi, vel corrigendi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cujus finis si sit terræ cultura & fructus perceptio, opus proculdubio & labor ipsa vocanda erit; sed si finis dumtaxat existat, corpora ad valetudinem exercere, profecto exercitatio vocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus, & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quæ opera videntur, intelligi debere volumus. Nam Pittacus ille Mitylenæorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῶ^a (inquit "Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster^b Galenus

^a Lib. 3. Πædag. cap. 10.
^b 2. de tuend. valet. cap. 8.

^a Lib 4 epigr.
90

lenus de seipſo refert aliquando hyeme in agro deprehenſum eſſe, dum ligna finderet, hordeumque in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat corporis gratia faceret, quæ opera quotidie agreſtes agere ſolent. Hoc idem ^a Mar- tialis poëta factitare ſe ſolitum fuiſſe, hiſce carminibus in- ſinuat.

*Rure morans quid agam, reſpondeo pauca, rogatus.
Luce Deos oro, ſamulos poſt arva reuiſo.
Partibus atque meis juſtos indico labores.
Inde lego, Phæbumque cio, muſamque laceſſo.
Hinc oleo corpusque frico, mollique paleſtra,
Stringo libens, animo gaudens, ac ſænore liber.
Pondero, poto, cano, ludo, larvo, cano, quieſco.
Dum parvus lychnus modicum conſumit olivi,
Hæc dat nocturnis nox lucubrata camænis.*

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes vocari, & ob id non ignoranter ſoſſionem à nobis atque etiam à Gale- no, & Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Jam ad alia tranſeamus.

C A P V T VI.

De corporum morborum, & ſanitatıs generibus.

Poſtquam aduerſus male de exercitationibus opinantes di- ſputando, neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicens exercitationes eſſe, demon- ſtravimus: æquum eſt jam, quæ corpora exerceri conveniat, docere. Tria enim à medicis corporum genera eſſe traduntur, *ægra, neutra, & ſana*; quorum tametſi multæ factæ ſint ſpe- cies, atque differentiæ; nos tamen, qui aliud intendimus; ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus, ea ſcilicet quæ præſenti valetudine fruuntur, atque operationes illæſas ha- bent, licet alioqui nec perfectè ſana, nec undequaque tem- perata videantur; ea, quæ infirma ſunt, ac vel jam decum- bunt, vel ita operationes ſenſibiliter offenſas habent, ut nul- lo modo opera ſanorum obire valeant, ea quæ veluti inter
utraq;

utraque hæc media posita ab auctoribus medicinæ valetudinaria nuncupantur, quæve nec prorsus ægra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animadversione dignum succedit, quod tria quoque extant morborum genera, primum in *intemperie positum*, secundum in *mala formatione* tertium in *continuitatis solutione*. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo, & humores, & spiritus, & membra solida) sive illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exiccatur, vel simul frigefit & exiccatur, vel frigefit atque humectatur, vel calefit & humectatur, vel calefit atque exiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem vocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur, sub appellatione simplicis eam intelligentes, quæ suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus inturbat; sub nomine vero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quæ & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, utpote inflammatione, timoreve aliquo corporis operationes lædit, & sanitatis statum è medio tollit. Morbus in prava formatione generatur quotiescumque corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conveniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod corporis membrum à natura unum factum divisionem patitur, sive talis divisio intrinsecus, sive extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quæ intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis *πύπω* ac in universum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui hæc lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque à nobis hæc diligentius pertractata requirere debeant, qui aliis studentes extra propositos limites nimis divagari non possumus; sed jam quæ ex antedictis corpora exercitari conveniant examinari cogimur.

CAPVT VII.

An corpora agra ullo pacto exerceri conveniat.

^a 6. Epid. sect.
3. Aphor. 23

DVbitatum fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana ac valetudinaria ad augendam, confirmandam, conservandamque valetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque agra corpora aliquo pacto exerceri valerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseverarunt, primus extitit Petronas, deinde Prodicus, sive Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab ^a Hippocrate in tali dogmate vehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus seculis Asclepiades, ut hominum favorem aucuparetur, non modo languentibus varias exercitationes ad voluptatem potius, quam ad sanitatem spectantes indulgebat, verumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriæ subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem jucundum curandi modum calluisse prædicaverit. Qui præter hos simili sententiæ hære maluerunt, Æsculapium dixerunt ita vocatum: *ἰατρὸς τὸ ἀσθεῖν ἡμίως τὰς νοσούντας*: id est, *quod agrotos suaviter exerceret*, quando prius *ἡμιό* vocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem agrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseverarint. Inter hos medii Galenus, Herodotus, Antyllus, Ætius, & Avicenna, quemadmodum ab omnibus agris non simpliciter exercitationes amoveri voluerunt, ita nec iis placuit, quoscumque quovis motus genere exercitari, sed & in agris ipsis & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesque sustineat, optime pernoscat. Quocirca secundum istos corpora, quæ immodicâ intemperie calida laborant, nullis vehementibus remissiveve exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum suscipit, quemadmodum ^b Galenus de Premigene summa caliditate

^b 5. de tuenl.
valut. cap. 12.

tate laborante narrat, qui nedum, à vehementioribus exercitationibus, immo, & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere lædebatur. unde merito condemnandus est Asclepiades Prusiensis, qui in ardentibus febribus; referente ^a Celsò gestationibus utebatur, in aliis vero febribus, & morbis, medicamenta ac vomitiones tollens, inedia, siti, vigilia, luce primis diebus ægrotantes instar tortoris, excruciebat, aliis autem diebus ambulationibus, gestationibus, balneis, lectulisque pensilibus exercebat. In his etenim Galeni & Antylli sententia extat, *acuta febre laborantes ab omni motu removendos, in longis febribus atque morbis* (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmittendos, ut refert ^b Cælius Aurelianus, falso crediderunt) *ubi accessio urget, nullo pacto exercendos*, at in intervallis decubitus non semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitationesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epidemiorum dicebat, *aliquos inveniri infirmos, qui, ne penitus torpeant, à lecto expellendi sunt* quod item innuere voluit ^c Aristoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit *febricitantibus in universum diatam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere*. Qui præterea corpus aridum, ac insigniter exiccatum habent, si exerceantur, aridiores evadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi vim possidere nemo ignorat, quamque ^d Hippocrates dum calidis naturis convenire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus, sed vehementioris tantum cessationem, sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quæ gestationibus & vestationibus aliquibus, at non magnis motibus exerceri possunt, dummodo vires permittant, exercitationesque moderatæ sint; alioqui sicut ex moderato motu calor exurgit, excitaturque, nec non humores paulatim evanescunt; pariter ex immodico calor infirmus extinguitur, humiditatesque magis diffunduntur. Corpora item calida & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quæ graviori quam cetera morbo subiciantur,

^a Li. 2. c. 15.

^b In præem lib. chron.

^c Cap. 16.

^d Loc. citatis.

majorique cura opus habeant , Frigida porro , simulque sicca corpora vel nullis exercitationibus, vel minimis, & valde remissis exerceri debent , cum semper præter morbi peculiarem afflictionem imbecilles vires habeant : exercitationibus non ita offendentur corpora frigida , sicuti neque humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes sustinent ; quod motus exiccando & calefaciendo veluti quoddam remedium sit , modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque hæc omnia dicta intelligantur de illis ægrotis dumtaxat, qui universum corpus intemperatum habent , quoniam si quis in sola corporis parte membrove , aut in pluribus intemperiam patiat , reperiri possit modus , quo partes sanæ citra ægrarum offensionem exerceantur , proculdubio huic ægroto exercitatio magis accommodata erit ; quippe quæ sanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam consequentia quadam auxilium præstet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quavis laborans magna, & vehementi exercitatione gaudere ; sed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguæ, & valde moderatæ auxilium afferant interdum. quales vero exercitationes sint illæ , & qualibus in morbis , atque corporibus unaquæque congruat , in sequentibus libris declarabimus , ubi particulares singularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morbofis ob malam formationem corporibus simili prope via determinari debet , modo illi non à generationis principiis, sed nuper, & casu (ut ita dicam) ortum duxerint. Hæc etenim sive totam corporis figuram depravatam , ut in leucophlegmatia, sive partem aliquam deformatam habeant, nisi affectus alii impediētes afflorentur , ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quæ & contorta dirigere, & aspera lenire, & tumida deprimere, & depressa elevare, & oppleta exinanire, & exinanita exple-re, & obstructa aperire queant. Ad hæc morbos in quantitate genitos non raro exercitationes tollere consueverunt, quandoquidem universalem corporis molem auctam nihil est quod magis auferat , quam exercitationes vehementes , & veloces jejunis adhibitæ : quas carnes & succos detrahare dixit ^a Hippocrates, & post ipsum ^b Galenus. hoc namque remedio

Nico-

^a Lib. de sal.
diæta. &
In 6 epid.
sect. 3. apho-
ris. 2.
^b Galenus de
differentiis
morborum.
cap. 9.

Nicomachum Smyrnæum, qui adeo crassitie creverat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus movere posset, ab Æculapio curatum esse, mihi verisimile videtur; simili modo extenuata & gracilia corpora nihil æque ad carnosum & bonum habitum restituit, ac tarda & lenis exercitatio, quæ concoctiones omnes insigniter adjuvansefficit, ut nutrimentum perbelle distribuatur: sicque macie affecta corpora probe nutrita carnem ac pinguedinem acquirant: ita sane se multos, & toto corpore & cruribus extenuatos curasse gloria-
 tur * Galenus, sicut item Germanicum à tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora subinde, à morbo innumero correpta, sive is superfluous, sive mancus sit exercitationes ex se minime recusant, & tunc præsertim, quando similis morbus haud est innatus, veluti in lapillis renum, qui ex vehementi motu, concussioneneque ab angustis renum viis ad latiores, tandemque ad ipsam vesicam descendentes magnas ægrotis molestias adimunt. Corpora vero ægritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propriam sedem, verumetiam postquam reposita fuerunt, tamdiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si moverentur, majori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti majori ex parte exercitari non debeant. Atque hæc de secundo morborum genere, mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis videlicet solutione correpta, quæ solutio vel in cute, vel in carne, vel in ossibus, vel in nervis, ac hujusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febre associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conveniunt, quanto minus convenient, ubi aliis morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaque sit in parte nobili atque vitæ maxime necessaria, veluti cerebro, ventriculo, jecore, ac similibus, proculdubio exercitationes quævis maxime nocent,

* In 6 epid.
 com. 3 &
 Secundo de
 temperam.
 & 2. & 3. de
 tuend. valet.

nempe quæ, & spiritus parti affectæ necessarios valde distra-
hant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quie-
tos esse conveniret, ne ob eorum affluxum morbus magis
incrudesceret. Alia membra ignobilia si patiantur continui-
tatis divisionem, poterunt ægri mediocriter exerceri, modo nec
insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli
hac ægritudine capti, qui non parvam utilitatem à moderatis,
immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi,
quorum cutis cum ab humoribus falsis & acutis discindatur, ex
motu vehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem,
quam per occultam transpirationem evacuentur, atque ipsis
evacuatis à morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio dili-
gentique animadversione in his omnibus opus est, quo optime
cognoscatur in quibus morbosus corporibus congruant exerci-
tationes, & in quibus minus, habita semper præ oculis universali
hac ratione, cujus ductu rarissime contingunt errata, possunt-
que particularia ita dirigi, ut nunquam loco auxiliorum da-
mna succedant.

CAPVT VIII.

De corporibus valetudinariis & senilibus exercendis.

QUamvis apud medicos (ut supra diximus) inter corpora
ægra atque *sana* reponantur *neutra*, illaque in multiples
differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tracta-
tionem pertinent, eorum loco *valetudinaria* statuemus, cum
quibus comprehendi volumus tum omnes illos, qui recentè à
morbis ac decubitu evaserunt, nec dum perfecte antiquum ha-
bitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos ^a Gale-
nus *eodem modo, quo valetudinarios, curari debere* præcepit; nec
absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristotele, *est qui-
dam naturalis morbus*. unde, qui sunt ætate graves, eam viven-
di rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo va-
letudinariis illis, qui mox à morbo evaserunt, inter cetera re-
media pro integra valetudine ipsis accommodata præcipua est
corporis exercitatio, à qua membra eorum firmanentur, humo-
rum reliquiæ inaniuntur, calor excitatur, & denique totus
corporis

^a 5. de tuend.
valet. c. 11.
& in arte me-
di. c. ultimo
5. de generat.
animalium
cap. 4.

corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut à principio lenes, breves, tardi, ac remissi motus existant, deinceps, prout vires magis invalescunt, similiter & magnitudo ac longitudo exercitationis augeatur, tandemque in mente illud ἐν ἀεργασίῃ tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum majora errata committantur, & pro virium restitutione imbecillitas major, sive prostratio succedat. proinde merito damnandus venit ^a Averroës, qui *morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus elevationem* nimis libere consuluit: ita enim vehemens exercitatio tantum abest, ut valetudinariis, sive morbofis (quemadmodum ipse vocat) ullum effatu dignum beneficium præster, ut potius vires adhuc debiles magis consternat, caloremque nativum ex morbo vix reviviscentem fere extinguat, aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in convalescentibus, sed exiguus (ut scribit ^b Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus vitalis & animalis; ipsæ vero particulæ solidæ sicciores, & consequenter eorum vires sunt imbecilliores, atque earumdem ratione corpus universum frigidius. unde ad emendandam hujuscemodi indispositionem necessaria sunt quæcumque probum atque securum exhibent alimentum: & præter hæc moderati motus, quales vehicula, ambulationes lenes; non vehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & vires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum ætas plurimam ob caloris defectum, excrementorum copiam coacervat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda hujuscemodi recrementa, tum etiam ad conservandum, atque placidi cujusdam venti instar excitandum, accendendumve calorem, qui secus nimio torpore extingui periclitaretur. Attamen in præscribendis senum exercitationibus quatuor animadverti debent, *vires, corporis affectus, consuetudo, & vitia particularia*, quæ plerumque senum corpora infestare solent. ratione virium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, vehementes, & multas, quæ corpus siccant, extenuant, & infirmant, maximo-pere cavere debent, sequi vero mitiores, quales sunt gestatio, ac
intra

^a 6. collect.
cap. 6.

^b In arte medicæ. cap. ult.

^a 1. Rhetor.
cap. 5.

^a Libro 3.
epistola 1.

intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui valetudinis studiosissimus extitit, & ob id ^a (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum voluptate utuntur, recusavit, jam ingravescente ætate (ut refert Plato in Phædro) *Athenis ad Megaram enia ibat, indeque domum revertebatur.* quæ exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum, & sibi, & aliis nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum trium spatio, atque interim ad visendos ægrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut vehiculo utebatur. Ad hæc narrat ^b Plinius secundus, Spurinam virum in vivendo maxime providum, quique, aurium & oculorum vigore integro, nec non agili ac vivido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime servasse, ut *mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetque millia passuum tria, mox legeret, vel colloqueretur, deinde consideret, tum vehiculum adscenderet, peractisque ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, vel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balnei nunciata foret, (qua erat hyeme nona, æstate octava) in sole, si caruisset vento, ambularet nudus, deinde pila moveretur vehementer, & diu; postmodum lotus accumberet, & paulisper cibum differret.* Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in juventute ad vehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senectâ se habet ad omnes mediocres, qui vero senes aut crassîs sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut valgum est, varumve, aut alio quovis pacto à mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quæ vitiosa membra magis offendere, quam juvare possunt, ut vociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Jam vero consuetudo maximam sibi vendicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, vel senes, non consuetis, fortibus, atque juvenibus solitos

solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen vehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia vigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, juventutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Ultimo, vitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam convenientium genus demonstrabunt. quæ enim ex levi causa, à vertigine, comitali morbo, gravi ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes evitare necesse est: similiter & in omnibus aliis affectibus, non solum senes, verum & cujusque ætatis homines ita se gerere debent, ut iis exercitationibus sedulo abstineant, quæ patientes partes magis exercere, & perturbare natæ sunt. Sic itaque de valetudinariis, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

CAPUT IX.

De corporibus sanis exercendis.

Q Vicumque corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas præ ceteris commendandas esse dixerunt, tanquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque valetudinem conservandam non ignobile auxilium præstant, quod in sanis maxime adjumentum ostendere possint. Hoc tamen verum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet corpus illud perfecta sanitate præditum, quod mensura & regula ceteris positum fuit, potiusque mente designari, quam in ulla regione re ipsa inveniri potest: etsi ^a Galenus multa corpora temperata in sua regione inveniri memoriæ prodiderit. De tali namque corpore nullibi existente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quæ ita præsentē sanitate fruuntur, ut valeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quæ communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum existat, quæ sensui sese produnt, & non quæ sola

a 2. de tuen.
valet, cap. 7.

aph. 28.

cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Hæc itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt, atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quæ nisi continuo à corpore per exercitationes educantur, tandem pravas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit ^a Galenus, *hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus à superfluitatibus mundum reddere.* Verum enim vero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt, tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, *nullam exercitationem, nec violentam, neque immodicam esse debere,* ut in libro *περί μινεγῆς σφαιρῆς* adnotavit Galenus: & propterea exercitationes fessorum & messorum nemini fere eorum conveniunt, qui prospera valetudine fruuntur; celeres motus, & vehementes in robustis commendantur, qualis lucta, discus, pila, & hujuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibusvis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, *consuetudini, ætati, habitui universali corporis, particulari rationi vivendi, necnon temperatura.* De consuetudine sæpius diximus etiam in omnibus observari debere, siquidem quæ consuetæ sunt exercitationes, licet sint aut nimis vehementes, aut nimis remissæ, inassuetis majorem utilitatem atque delectationem pariunt; at si quis vel minus, vel plusquam consuevit interdum exerceatur, protinus molestia evidenter afficitur, ita ut non raro febres hac ratione contingere, scripserit ^b Galenus, dum exercitationes consuetæ dimittuntur. Quod vero ad ætatem pertinet, jam diximus, proventus, & senes remissiores quæ mæceteros, & pauciores exercitationes poscere, pueri, juvenes, atque viri motibus fere omnibus pro sua quisque ætate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus privatorum, & non athletarum convenientem minime exercitationes transcendant. Juvenes enim (dicebat Hippocrates, sive Polybus in primo de morbis) si plus consucto laborent, convulsionibus fortibus, & rupturis variis carnium, venarumque statim, & magis, quam senes tentantur, quod corpus robustum & siccum habent, carnem densam, validam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis valde tenditur.

^b lib. de causis
mor. c. 21. de
differentiis
feb. cap. 2.

tur. quæ omnia minus senibus infunt, & propterea illi rarius hujuscemodi malis capiuntur. De universali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat ^a Aristoteles, motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint vehementes atque acutæ, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera velocia debere esse voluit: quin etiam ^b Galenus inter cetera, quæ ad extenuandum virum illum obesum quadraginta annos natum administravit, se cursum velocem adhibuisse testatur. Contra graciles in consummata fere quiete detineri ^c postulant, quia sicuti corpulenti & crassi contrarias habitudines ex contrariis ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere videntur, alioqui magnopere læduntur; sique aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse judicetur, ii proculdubio pauca, & valde remissa opus habent. unde sapientissimus ^d Hippocrates summa ratione iussit, ut *graciles iter facturi lentis passibus incedant*, quos item mangones, & medici crassescere volentes, virgis verberabant, ut caro elevaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui vero inter pingues & graciles, vel *ῥαπτοὶ* sive quadrati, vel parum ad alteram partem declinantes existunt, si mediocriter, aut etiam vehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conservetur, superfluitatesque quotidianæ exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, vel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio convenit, & genus illud unguenti, etiam pilis avellendis à medicis excogitatum, *dropax* vocatum, de quo Martialis lib. 111. LXXIV.

^a 3. de partibus animæ lib. cap. 9.

^b 14. Meth. cap. 15.

^c Lib. de sal. diætâ. 10. aph. 2. de tuend. valet.

^d de sal. diætâ. aph. 3.

*Psilothro faciemque lavas, & dropace calvum,
Nunquid tonsorem Gargiliane times?*

& lib. x. LXV.

*Lævis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisque.*

M m 2

Pariter,

Pariter, & partes omnes corporis mediæ inter graciles, & crassas exercendæ sunt. In ratione vivendi hoc insuper animadverti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, juxta Hippocratis legem, *ubi fames laborandum non est*; qui item vigilant, ab exercitationibus arcendi, ne magis exiccentur, neve molestiæ molestia major superaddatur, contra qui multum comedunt, multum exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, *non potest homo comedens sanus vivere, nisi laboret*: in talibus enim opus est multo calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione, dicebat ^a Galenus, facile suppeditatur, præterea multum manducantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quæ nisi magnis, & multis laboribus diminuatur, in pravas dispositiones corpus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis perspirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exteriores deserit, subitque interiora, ut adacto cultello non æque effluere valeat, quemadmodum scribit ^b Aristoteles, & ob id somnolenti omnes decolorati evadunt, unde hos satis exercitari necesse est, quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisve ad exteriora servanda atque nutrienda revocetur. Demum ob temperaturæ rationem sic de exercitationibus judicium ferendum credo, ut sicci vel nihil omnino, vel lente satis & minimum laboriose exerceantur. nam exercitationes, quas suapte natura exiccare constat, si in siccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanæ mentis dubitarit. Calidi quoque, & præsertim acri, ac mordaci calore præditi exercitationes modicas requirunt, ne à motu plus æquo incalescant, ipsisque, ut scribit ^c Galenus, solæ in necessariis actionibus obeundis motiones factæ sufficiunt. Unde ^d Aristoteles, quærens, cur alii sedendo pinguescant, alii macrescant, ideo evenire dicit, quoniam alii frigidi sunt, alii calidi, alii excrementosi, alii non; & qui calidi sunt, pinguescunt sedendo, cum eorum calor sine motu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui vero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt sedendo, quoniam à quiete eorum calor quasi torpescit, & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo crescunt.

^a 2. de tuend.
valet.

^b 3. de histor.
animalium
sap. 19.

^c 4. Aph. 13.
^d 6. epid. com.
4. aph. 15.
^e 6. particular.
Prob. 1.

crescunt. De calidis hujuscemodi ^a Hippocrates sermonem habuit, quando dixit: Ἐν θερμῷ ψυχρὸν ποτὸν, ὕδωρ, ἐκινύειν, videlicet, *quod calidis naturis refrigeratio, aquae potus, & quies conveniunt*; similiter & cum scripsit: Οἷόςσες ἢ δίψα λαμβάνουσιν, τὰ πλείοσι τὸ πσιπῶν, καὶ τὸ παλαιπωρῶν ἀφαιρέειν, *his scilicet minuendum esse, & laborem, & cibum, quos ob calorem infestat sitis*. Ex quo simul clarum efficitur, frigida corpora vehementer atque multum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus juvenimen percipiant, non immerito dubitari posset; eo quod ^b Aristoteles scriptum reliquit, corpora humida à labore suffocari, quia à caliditate motus humidum in vapores convertitur, qui mox copiosi & fervidi effecti calorem nativum suffocant: attamen ratio secus persuadere videtur, quæ demonstrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipsis labores validos congruere, tum ad exuberantem humiditatem consumendam, tum ad superfluitatum copiam adimendam. Quapropter, sicuti notat Petrus Apponensis, sententiam Aristotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut sint humidi & calidi, ut humiditas sit multa, evaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim si laborent, & multum exercentur, periculum est, ne humiditas à calore intrinseco acuto in vapores conversa pulmonis, & cordis regionem occupando suffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis temperiem possident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratione ex mulieribus humida temperie in universum præditis illæ saniolem & minus molestam vitam degunt, quæ diutius & valentius elaborant & exercentur, sicut & eadem apud quas gentes, & in quibus locis laborare consueverunt, facilius pariunt, ut scribit ^c Aristoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa consumat, quæ in mulieribus otiosis & sellulariis augentur. Quæcunque vero corpora calida simul & sicca sunt, nullo pacto exerceri convenit; quæ calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non vehementem, non citatam: frigida & sicca ratione frigiditatis exercenda, ratione autem siccitatis neque celeres, neque validos motus requirunt, sed modera-

^a 6. Epid.
sect. 4.

^b 5. partic.
probl. 9.

^c 4. de gen.
animalium.
cap. 6.

tos, & potius lentos : frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus vehementibus & velocibus iuvantur, quippe quæ supervacaneam humiditatem absumunt, & calorem nativum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in univcrsum determinatum fit.

C A P V T X.

De locis in quibus exercitationes fieri debent.

Tanta est locorum vis atque proprietas, quibus res in ipsis factæ variis modis disponuntur, ut non modo plantarum naturæ, sicuti Theophrastus scribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor est Aristoteles, verum & ipsorum hominum corpora, atque animi, secundum Hippocratis & Platonis sententiam, prout in diversis locis vel nascuntur, vel aluntur, diversis atque mirificis conditionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni sunt veteres medici, qui in singulis fere eorum artis operationibus : locorum qualitates considerandas omni diligentia præceperunt. Nam extant loca, atque regiones, in quibus, si ea fiant, quæ in aliis feliciter aguntur, contrarium prope finem consequuntur : id quod præ ceteris illi quoque magnopere spectare debent, qui vel sanitatis tuendæ, vel boni corporis habitus acquirendi gratia, propria, atque etiam aliorum corpora exercere volunt : qui nisi in eligendis opportunis locis valde mentem adhibeant, sæpenumero dum juvare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria præcipue magna consideratione digna occurrunt ; Primum est, *ut sit ab optimis ventis perspiratus, & à pravis obrectus* : unde loca ad septentrionem & orientem, à quibus salubriores auræ perflant, posita, occidentalibus, & meridionalibus continuo præferenda erunt : illa enim neque immodico calore fervere, neque frigore & humore situs contrahunt, nec perniciosas vaporationibus, à flatibus adductis, inficiuntur ; hæc vero præter æstum & frigus intensum, quæ modo uno tempore, modo altero inducuntur, insaluberrimas perspirationes ventorum ratione plerumque patiuntur. quod si loca haberi poterunt, quæ

quæ ventorum tranquillitate fruuntur, quæque prorsus temperata sint, qualem & Hippocratis, & suam patriam extitisse refert ^a Galenus, proculdubio hæc cunctis præstabunt: alioqui maxime curandum erit, ne vehementissime saltem ibi venti spirent, quod corpora sese exercentium à motu atque calore aperta facillime ventorum incurfus ad interiora admittunt, atque sic postea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione à ventis, & optimo cæli situ desumpta factum puto, ut alii hyemales, alii æstivas thermas extruxerint: nam hyemales in transyberina regione Aurelianum Cæsarem fecisse, auctor est Vopiscus, quæ ad meridiem expositæ solis radiis attemperabantur, & proinde hyemalibus exercitationibus valde accommodatæ erant; æstivas vero ædificasse Gordianum juniorem, scribit Julius Capitolinus, quæ inter Cælium montem & Esquilias positæ, opacitatem quandam blandam, & gratissimas umbras exercentibus se præbebant. Secundum in electione loci considerandum est, ut *sit apertus non conclusus, non opacus*, quoniam, ubi liberior existit aër, minusque constipatus, corpora in ipso exercitata agilia & vividiora redduntur, quam si in crasso, denso & concluso exercentur. Atque hinc est, quod (ut libro I. diximus) inter loci deambulationibus destinata, ^b Vitruvius, & Cornelius Celsus magis hypæthron commendarunt, quam porticus, & hypogæum; sicut & Phædrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cujus etiam à ^c Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem extra civitatem factam ei, quæ in civitatibus efficitur, prætulit hisce verbis: Τῷ ἑμῷ ἢ σὺ περιέρχῃ. Ἀναμύσῃ τῇ τοῦ ὁδοῦ πορείᾳ, τὰς ἀειπάτας φησὶ γὰρ ἀναπαύεσθαι ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι. idest, *Meo autem, & tuo obediens sodali Acumeno in viis ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quæ in cursibus aguntur.* De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos pluradicturos, jam occasio pollicita servandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, vir alioqui doctissimus, dum Phædri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Græci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutavit,

^a 2. de tuend.
valet cap. 7.

^b lib. 5. cap. 7.

^c lib. de dict.
& fact. Socratis.

extitisse illas, quas paullo ante ex prædictorum opinione indicavimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in viis minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem ^a Aristoteles scriptum reliquit, eos *ambulando magis defatigari, qui per vias breves euntes sæpe ac sæpius repetere coguntur, quam illi, qui longas vias perambulantes numquam repetunt*, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inæquali motione perturbentur, quod minus istis evenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putavi, non tam quod ambulatio in viis peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes prædictas, tum ob liberio-rem, & puriorem aërem, qui non in locis brevibus, & occlusis, sed in viis apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phædro intelligere, verisimilius est, quando & in principio Theætetæ simili voce in eadem prorsus significatione uti videtur sub his verbis: Ἀρπὶ γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἡλείφοντο ἑταῖροί τινες ἔπει αὐτῷ, καὶ αὐτὸς, νῦν δὲ μοι δοκῶσιν ἀλειψάμενοι δάδρο ἔναι. id est, *nuper enim & ipse, & isti ejus sodales in exteriori cursu uncti sunt. nunc autem uncti huc accedere mihi videntur*: quod idem innuisse videtur Antyllus apud Oribasium. Atque hæcenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conservandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam navant, est, ut omne studium adhibeatur, ne à finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare valeat, quæ aërem inficiens mox corpora exercitata spongiæ instar quidvis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque hujusmodi, quæ sedula & ingenti cura semper evitare oportet. Eadem ratione & loca secundum mare ad meridiem, aut occidentem spectantia fugienda erunt, quoniam ^b Vitruvio au-

^a c. 4. part. 1.
Prob. 1.

^b Lib. 1. c. 4

^a 2. de tuend.
valet. cap. 7.

^b Lib. 3. c. 7.

^c 38. partic.
Probl. 6.

inveniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas vix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unusquisque locum secundum conditiones jam explicatas eligat, illud semper mente revolvens, tametsi multæ sint exercitationes, quæ loca angusta & occlusa exposcere videntur, in iis tamen haud parum delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex iis, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit ^a Galenus, ut domus in qua exercitandi sunt homines, hyeme calida, æstate frigida, vel semper temperata eligatur, sin minus, procuretur, ne ipso præsertim die calidior frigidiorve sit, quam publicus totius urbis aër. Quas omnes prædictas condiciones uno verbo complexus esse videtur ^b Ætius Amidenus, ubi gestationem, navigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aëre fieri debere scripsit. Aliæ similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inæqualitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatæ fuerunt, partim supervacaneæ sunt, plurimæ sub prædictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem imponens, temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotavero, cogi interdum homines sese in loco à sole percussio exercere, qui magnopere cavere debent, ne unquam sedeant, vel quiescant, siquidem ^c Aristoteles scriptum reliquit, *se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum moventur*; quoniam cum in motu sunt aërem agitant, quasi-que spiritu ventilantur; cum vero sedent, quia aër immotus permanet, vim solis acriorem experiuntur.

C A P V T X I.

De tempore exercitationibus apto.

DVo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinæ appellata, sine quorum observatione non modo res ad sanitatem pertinentes, verum etiam actiones atque operationes hominum omnes male infelicitèrque peraguntur: alterum est universale, sub quo ver, æstas, autumnus, & hyems comprehenduntur: alterum particulare, quod singu-

singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium, sive contingentium, quæ non ita perpetuo & firmo ordine eveniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiæ accidentales inordinate atque contingenter evenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breviter statuendum erit, videlicet singulas illas temporum constitutiones evitandas esse, in quibus vehementissime venti perspirant, præsertim quando pessimi sunt, ut australes & aquilonares plurimi, à quibus corpora motu rarefacta & infirmata valde læduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum à calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore ^a Aristotele, *pingue, à laboribus consumptum, calorem, & teporem servare non potest.* amplius corpora motu perspirantiora, & solutiora effecta, meatusque per sudationem patefacti frigus intima majore vi penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aërem continuo permutant, ac permovent, & iccirco, uti dicebat ^b Aristoteles, *currentes hyeme, magis rigent stantibus.* quod aër nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullam amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, vehementius à rigore percutiuntur: nimius præterea calor exerceri vetat, nec non siccitas immodica, quoniam alter calorem nativum & universum corpus immoderate resolvit, altera magis, quam par sit, humiditates exiccat. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum vero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aër depravatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque secum invehens membris non sine noxa affigit, & per consequens graviora non sine ratione corpora reddit, animumque deinceps gravat; quod in sereno nusquam animadvertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adjuvari, spiritusque suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari

^a 6. part. 6.
Probl. 6.

^b 6. part. 12.
Probl. 12.

^a Lib. de aëre
aqu. & loc.

^b 2. partie.
prob. 21. 33.
& 42.

^c 3. de diæta.

^d In Isagoge
medicinæ c. 5.
^e Lib. 1. c. 53.

^f 2. de tuend.
valet. cap. 7.

perspicuum est. id quod ^a Hippocratem significasse puto, ubi dixit, Ἀμα ταῖς ὥραις μεταβάλλοντα ἀνθρώποι, καὶ τὰ πνεύματα, *ventres* scilicet & *spiritus temporis constitutionibus commutari*. Porro de naturalibus temporis exercendi generibus varia ab antiquis determinata invenio, & primo, quantum attinet ad universale tempus, ^b Aristoteles ex sententia omnium veterum auctorum censuit *potius exercenda esse humana corpora in æstate, quam in hyeme*, sub nomine hyemis, ut Petrus Apponenfis iudicavit, autumnum, hyemem, & ver intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in æstate calor naturalis languidus ac debilis existens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor nativus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisque sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neque intus retenta putredinem contrahant. In hyeme vero, quod validiore existente nativo calore, & per consequens melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio convenit, quæ exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aër hyeme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere lædat. Ex altera parte vetustissimus auctor ^c Hippocrates, sive Polybus tria exercitandos homines admonitos voluit, *ut lassitudinem omni tempore caverent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut hyeme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem atque calorem sentirent*. Hippocratem deinde secutus ^d Soranus Ephesius, Paulus ^e Ægineta, & alii medici multi æstate, & autumnno minus; hyeme, & vere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes æstate, atque etiam autumnno corpora ab ambiente aëre satis exiccata squalentiaque reddita haud aniplius per motum areferi debere, neque item calorem alioqui languidum & imbecillem magis retundendum minuendumve. ^f Galenus vero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse videtur, quod sicuti corpora temperata in temperato tempore, nempe vere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in fri-

frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud observari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus, atque locus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco prætermittendum censeo, quod ^a Plinius Junior scribit de exercitatione ætatis tempore à se fieri solita, ubi à Fusco interrogatus, quomodo diem æstate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit de exercitationibus, *ubi hora quarta vel quinta: (neque enim certum dimensumque tempus,) ut dies suasit, in xystum me, vel cryptoporticum confero, reliqua meditor & dicto, vehiculum adscendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut jacens, durat intentio, mutatione ipsa refecta paulum redormio, deinde ambulo, mox orationem Græcam Latinamve clare & intente, non tam vocis causa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur. Iterum ambulo, ungor, exerceor, labor. & paullo post. Nonnunquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu jacui, vel ambulavi, post somnum demum lectionemque non vehiculo, sed quod brevius, quia velocius, equo gestor, venor aliquando.* In particulari porro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando motum cum (ut ipsi etiam imputat ^b Plutarchus) qui post sumptum cibum fit, commendavit, eo quod tunc calor à motu auctus cibum mox ingestum facilius concoquat, cujus tamen contrarium evenit, quando per motum calor à ventriculo ad universum corporis ambitum retractus non solum non adjuvat concoctionem, quinimmo impedit, crudosque & indigestos succos intra venas rapit. Igitur si ^c Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici uno ore pronunciarunt, *semper exercitationem ante cibum esse faciendum* ὡς περ ὃ dicebat ^d Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ ἑσπερίᾳ γυμνάσιον, ἔτω καὶ βλαβερώτατον ὅττι σίτησιν ἢ πᾶσι κινήσεις. id est, *quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quisvis motus post cibum perniciosissimus existit.* Nam dum exercitatio cibos præcedit, duplex, ac utraque insignis succedit utilitas, altera, quod calor natus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle præparatur, altera, quod

^a Lib. 9. epist. 36.

^b lib. de tuend. sanis.

^c Loc. cit.

^d Lib. de cibo, bo. & ma. succi.

succos utiles in universum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excrementis faciliorem exitum præbet: quæ alioqui si retineantur, obstructions, ac multos alios morbos retuso nativo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum universi corporis habitui innumeræ cruditates infarciuntur, verumetiam universalis succorum coctio impeditur. id in omnibus evenire testatus est Theophrastus, ubi, quæ coquuntur, à motu impediri hunc in modum scripsit, *ἐπεὶ ἡ τὰ ἐσθίμενα κολλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινέμενα*. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phthisicos, aliosque plurimos valetudinarios deambulationibus post cibum ^a exercebant. Quæ tamen de motu vehementiore intelligenda puto, quod Avicennas exiguum à cibo motum in ventriculo melius eum accommodare, præsertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit *ambulationem post cenam efficere, ne ad os ventriculi supernatent edulia*. Tria tamen hoc in loco observanda esse iudico: primum est, *ut nullus exercitationem molietur, nisi prius excrementa per nares, os, alvum, & vesicam expulerit*, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament ^b Galenus, & ^c Avicienna, & ad hæc etiam hesternus cibus apprimè concoctus sit; quoniam si prius vel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, variisque excrementis implebitur, aut pallidæ bilis proventum augebit. cognoscetur autem cibum jam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quæ dum albidiores sunt, abstinendum à motu demonstrant, dum vero ex albidis flaviores evaserunt, jam tempus exercendi adesse indicant. Secundum observandum est, *ne stomacho immodice vacuo ac plane esuriante labor, vel exercitatio obeatur*: quoniam hoc pacto eveniet, ut ingestus cibus, necdum accommodatus, concoctusve à stomacho rabiente, & consequenter à membris valde famelicis avide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructions innumeræ suboriantur, quod probe intelligens ^d Hippocrates dixit: *ὅτε λιμὸς & πονηρέον*, id est, *ubi fames, laborandum non est*. Tertium observandum est, *ne statim post exercitationem cibus assumatur*, sed modica

^a Cæli. Aur.
lib. 2. chro
cap. 13. & 14.

^b 2. detruend.
valet cap. 2.
^c Lib. fen. 3.
doc. 2. cap. 3.

^d 2. Aph. 16.
Avicen. lib. 1.
fen. 3. trac. 2.
cap. 3.

modica interjiciatur mora, quousque fervor remittitur & agitatio corporis jam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conservanda diligentissimum observasse semper, auctor est Plinius Junior: quodque ^a Galenus, & ab Erasistrato, & ab aliis antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crassum tamen, qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos ^b Hippocrates sive Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diæta. ^c Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciendum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur, à labore nondum quiescit, & præterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc oritur, neque calor cibo coquendo vacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lavari, aut vinum, vel aquam frigidam potare: à frigida enim lotione hominem lædi metus est, utpote qui jam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & vacuus; vinum similiter caput exercitatis statim exhibitum vehementer ferit, qua ratione illud prorsus evitabant athletæ post exercitationes, si ^d Galeno credimus: frigidum autem valde quodcumque post exercitationes illico assumptum ventrem, & jecur offendit, nonnullos item nervis oblæsos, atque alios subito mortuos, quod post vehementem exercitationem vinum frigidum valde biberint, refert ^e Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis valetudinis gratia operam navare debent, ita decretum apud Galenum & Avicennam reperio, *Vere meridianam horam eligendam esse*, quando aëris status temperatior existit: *Æstate matutinam*, ut diei æstus, quantum fieri potest, evitetur, quam horam in deambulando commendasse simpliciter visus est ^f Hippocrates, quamque semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is rejectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandii tenuitatem ad condiendam cenam dictabat: Sophocles in Elutra, Pausanias & Philostratus vi. de Appollonio testantur solitum gymnasia Græcorum, ante solis ortum aperiri, primum Cursores comitti, ut leviores exercitationes, à meridie vero graviores fieri

^a 6 epid. 3^b 6. Ep. 1.
con. 3. aph. 2.^c partic. 5.
prob. 28. &
30.^d 3. de salub.
diæta cap. 22.^e 2. de acutis.^f li 3. de diæta.

con-

^a 6. de tuend.
valet. cap. 5.

^b Lib. 4. epigr.
8.

consuevisse, ut luctam, atque pancratium. Autumno & hyeme vespertinam, nisi vel cibus mane sumptus, vel quid aliud vetat. Nam cum hisce temporibus mane aër frigidior sit, aliæque diei breues admodum partes in negotiis necessariis consumantur, & præterea cibus quantumvis exiguus mane sumptus non possit, nisi vespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antonius imperator, qui valetudinis omnium fuit studiosissimus brevissimis diebus, ut refert ^a Galenus, *sole occidente palastram* (ubi pila, cursu, & pugillatu cum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in iis plurimum valuisset, scribit, Capitolinus) *ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima*: Quam horam una cum octava fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari videtur ^b Martialis, ubi quomodo Romæ diei horæ dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

*Prima salutantes, atque altera continet hora;
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quintam varios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octava palastris,
Imperat extructos frangere nona thoros,
Hora libellorum decima est, Eupheme, meorum,
Præparat ambrosias cum tua cura dapes;
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentique tenet pocula plena manu.
Tunc admitte jocos: gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iovem.*

quamvis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octava diversa exercebantur: ut de Alexandro Severo imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. *Quod si necessitas cogeret, ante lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu civiles lectioni Græcæ variorum auctorum operam dabat, post lectionem palastra, aut sphaisterio, aut cursui, aut luctationibus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lavabatur, ita ut caldariis vel numquam, vel raro, piscinis semper uteretur, in*
eaque

eaque una hora prope maneret : biberet etiam frigidam Claudiam jejunis ad unum prope sextarium. Egressus balneis multum lactis & panis sumebat, ova deinde, mulsum, atque his refectus aliquando prandium inibat, aliquando usque ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. ^a Horatius quoque paullo diversius, & seipsum, & alios libere viventes in exercitationibus efficere solitos, attestari videtur, ubi post multa hæc scribit.

^a Lib. I. ser. Sat. 6.

*Ad quartam jaceo, post hanc vagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum juvet. ungor olivo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis.
Ast, ubi me fessum sol acrior ire lavatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi.
Pransus non avide, quantum interpellat inani,
Ventre diem durare; domesticus ocior. hæc est
Vita solutorum misera ambitione gravique:
His me consolor victurum suavius, ac si
Quæstor avus, pater atque meus, patruusque fuissent.*

Illud tamen hoc in loco nequaquam prætereundum existimo, quod majores nostri, quorum major pars vel exiguum quid, vel nihil omnino mane manducabant, semelque tantum in die saturabantur, hora octava diei, vel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum ætate nostra, quando vix unum, aut alterum est invenire, cui non sit in more positum, & vespere, & mane cibus saturari, nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leviora & ab excrementis magis libera, magis ob prævium somnum valida, magis denique à quibusvis impedimentis soluta sunt, & præterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in vespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusque superfluitatibus magis redundat, magisque gravatur, potius quiescendum, quam exercendum esse, quisque videt: uti quoque animadvertisse ^b Avicennam arbitror, ubi dixit: *In hyeme vero rationi conveniens erat, ut fere usque ad vespeream tardaretur, sed alia prohibentia hoc vetant.* Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus

^b Lib. I. fen. 3. doc. 2. cap. 3.

mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicujus particularis affectionis curandæ cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, veteres tam Romanos, quam alios multos semper dies atque noctes separatim in duodecim horas partitos; atque alias diei *maximas*, ut in æstate, alias *minimas*, ut in hyeme, alias *æquinoctiales* vocasse: numerum autem hunc scribit ^a Galenus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam continet, & duplum, & quartum, & sextum, & duodecimum: quæ nullus alius post ipsum numerus usque ad vigesimum quartum continere videtur. Vnde, ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis aliis nostrorum temporum esse putans, errandi in exercitationibus, aut aliis occasionem habeat, hanc horarum partitionem apud veteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe judicare, & antiquas novis accommodare facile poterit.

^a Lib. de cur-
jusq. animi
pec. noticia
atque medela.
cap. 5.

C A P V T XII.

Quanta fieri debet exercitatio.

EX iis rebus, quæ medicorum artem conjecturalem, & pene incertam efficere à multis creduntur, præcipuam remedium omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tantifecerunt, ut quasi ejus cognoscendæ spe dejecti medicinæ opera exercere recusaverint. Quapropter & medicinæ professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia errata committi solent, & plerumque (utar ^b Plinii verbis) *inscitia capitalis* evadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, jam quantum unusquisque exerceri debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis divagetur oratio, universa quantitatis exercitationum tracta-

^b Lib. 29. c. 1.

tractatio ex his constabit. *Quis esse debeat exercitationis communis terminus* : Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum viri, quantum pueri exerceri debeant; quantum hyeme, aestate, vere, & autumno; quantum temperate viventes, quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum valetudinarii, quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad præsens caput attinet, desiderari jure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus ægris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes requirunt; tum quia secundum morborum varietates variantur exercitationum species, atque mensuræ; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem ^a Galenus, ^b Oribasius, ^c Avicenna, ^d & ^e Ætius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est, unus, quando scilicet vapor sudori aliquantispermixtus sentitur, venæ intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perveniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt, alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus ejus faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, æquabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor evanescere incipiat; vel corporis moles paullo contractior videatur; vel lassitudo jam immineat: illico desistendum est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus justo gracilescat: boni succi una cum malis exhauriantur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi vires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, æquabilitas, vel concinnitas remitti quippiam, collabique cernitur; utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis ejus, quantitatisve mutatio, quippe quem, & copiosorem semper, & fervidiorem edi par est, prout motus vehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccati plus justo. & proinde corpori exercitando diligenter attendere convenit, ut, quando prædicto-

a 5. de locis
aff. cap. 5.
b Lib. 6. col-
lect. cap. 11.
c lib. 1. fen. 13.
doc. 2. cap. 3.
d lib. 2. c. 3.
e 6. epid. con-
2.

rum signorum aliquod apparere jam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum volo, quod validi diutius ceteris (nisi quid aliud obstat) exerceri possunt, quamvis etiam vires aliquantis per fatiscerent; nimirum quæ facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his vires vel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & ideo sat ipsis erit incallescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci & aridi existentes, ita majorem siccitatem contrahunt; præterea cum jam dixerimus, exercitationes in juventute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam juvenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, terminumque exercitationis eorum famis excitationem ponendum; sicuti Socratem jam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem existentes, moderatas exercitationes postulant: vel enim offenduntur, si plus justo exerceantur, vel paucum omnino fructum capiunt, si minus, vel utroque modo pravam aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis jam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri à primo usque ad tertium ætatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incallescere, & anhelare, & sudare & aliquantis per defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob vivendi imprudentiam exuberantes à sudoribus, & laboribus multis juvantur; viribus autem validis pollentes à levibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros unquam excedere convenit, & tanto minus, quanto primo septenario viciniore existunt, siquidem intempestiva exercitationis duritie corporis pueri adauctum, à natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod pædotribas nonnullos sui temporis damnavit ^a Galenus quod plus æquo pueros exercerent, similiter & ^b Aristoteles improbandos judicavit Laconas, qui nimis

^a 1. de tuend.
sanit. cap. 10.
^b 7. Politic.
cap. 4.

nimiis laboribus & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quæ athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augmentumque impediabant. Nam inter eos, qui Olympia vicerunt, duo, vel tres tantum extiterunt, qui iidem adolescentes & viri sint victoriam consecuti, quod per violentas & plurimas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur atque vis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hyeme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quoad universum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium æstate, quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aëre satis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam vitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundant, & iccirco minori exercitatione indigere secundum ^a Galeni sententiam videantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne ocio torpescencia membra, calorve sopitus, proprium & naturalem habitum remittant, neve excrementa etiam intemperate viventibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores supervacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quæ humores illos, excrementaque absumant, quæve profundos somnos inducentia felicius concoctionem adjuvent; siquidem ^b Galenus fossiores & messorum, ideo à pravo vivendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam à laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt: ideo isti, modo vel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, vel virium debilitas, quæ hos plerumque comitari solet, vel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; sive incalescant solum, sive sudent, sive etiam leviter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo à motus multitudine humiditas nimia excutetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec citra virium defectum largus effluerit, sicca minus exerceri de-

^a In lib. de
cibis Lon. &
ma. suc.

^b 1. de alim.
facult.

bent, neque umquam calorem, sudoremve in exercendo se expectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida vero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis expectare decet. Calida præterea & sicca exigua, vel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem à sudore valde cavere debent. Calida & humida moderata exercitatione uti convenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit, multa nimis eliquat, & calefacit, indeque morbosas fluxiones parere solet. quocirca vehementem anhelitus alterationem, vehementemque calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim hujusmodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namque excrementitiæ humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum valetudinarios, qui mox à morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum vires infirmæ valde existentes, calorque debilis, & membra exiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris adventum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, viresque crescunt, & meliusculi esse cœperunt, adjicere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum pravam illam consuetudinem deponi debere, jam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debent, alioqui periculum imminet, ne à fluxionum perniciosi morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus; quousque ad terminum illum perventum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demon-

demonstravimus) animadverso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quæ pueris incrementum adimit, & membra colliquat, viris inæquales intemperies gignit, atque febrem interdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat ^a Galenus in libro de causis præ inchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles 11. Ethic. ad Eudemum libro, ubi virtutem medium esse probat, excessum in exercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ πρὸς τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἢ ὑπερβολῇ ἢ ἐλαίψεως ἢ ἐγύπερον τῶν μέσων, ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἢ ἐλαίψης ὑπερβολῆς, & quæ sequuntur. Immodicæ autem exercitationis hæc signa sunt, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum universum corpus aridum & inæquale apparet: dum in motu sensus doloris cujusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis immodice exercitatis evenire consuevisse auctor est ^b Aristoteles; dum insolita denique, ac valde molesta lassitudo percipitur. Tota itaque quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis præscripta sit. Quod si multa particularia à quoquam reperientur, quæ à nobis aut ignorata, aut prætermissa videantur, illud sciat, nihil quod ad universam artem necessario pertineat, esse, quin vel explicite, vel implicite à nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multæ exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod à termino illo communi præscripto eorum mensuram accipi volumus.

^a Gale. 3. de
symp. cau.

^b 28. partie.
Probl. 5.

C A P V T XIII.

De modo exercendi.

PRÆTER locum, tempus, & quantitatem, quæ in obeundis exercitationibus summa cura observari debere demonstravimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisque aliis rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia supervacanea reddantur, infinitisque prope erroribus jam via latissime pateat. Qua de re maxime ad hujus

hujus tractationis absolutionem pertinet, ut modum, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unusquisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum brevi sermone faciamus. Modus igitur, quo veteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem ^a Oribasius Pergamenus Juliani imperatoris medicus, ^b Ætius Amidenus, & Arabum doctissimus ^c Avicenna in medium attulerunt. Viri namque & juvenes exercendi ubi lotio perfecta concoctio apparebat, facibusque alvum exoneraverant, major pars sese exuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas, atque ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quot ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaque prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri volebant, aut pancratio pulvere conspergebantur, alii protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior, atque gratior apparebat, descendebant, peracta exercitatione paulum quiescebant, deinde strigilibus, vel asperiusculis pannis strigmenta à corpore eradebant; quo facto aliquando rursus fricabantur, *ὑποθερμαντικῇ* dicta frictione, similiterque ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut ^d Cornelius Celsus testatum facit: sicque fere semper balneum ingrediebantur conclavi quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipsos induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo vel in gymnasiis publicis, vel in privatis locis major pars librorum hominum, & eorum qui valetudini curandæ, & bono habitui comparando solemniter incumbabant, frequenter utebatur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, & præsertim Columella memoriæ mandarunt. de quo defricandi more & modo, si Deo placuerit, aliquando tractationem huic adjiciemus. Ceterum verisimile sit quamplurimos alios extitisse, qui vel negotiis publicis, privatisque impediti: vel necessariis variarum artium operibus detenti; vel aliqua valetudinis ratione coacti hoc pacto minime exer-

^a. 6. collect.
^c. 15. & seq.
^b Lib. 1. serm.
³. cap. 2.
^c Lib. 1. fen.
³. cap. 3.

^d lib. 1. cap. 2.

NAVMACHIÆ. ID. EST NAVALIS. PVGNÆ
Ex vetustis lapidum et nummorum

ONVPHRII. PANVINII VERONENSIS.
monumentis graphica deformatio



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY



exercerentur, sed frictionibus & unctionibus dimissis, quas-
cumque poterant exercitationes amplecterentur; sicuti & mul-
ti reperiebantur, qui prædictarum caussarum aliqua nullo mo-
do exercitationibus vacandi otium habebant; quibus omnibus
exactiore victu, & sanis medicamentis opus esse tradit ^a Gale-
nus. Verum enimvero cum ætate nostra gymnasia illa ob exer-
cendi commoditates ab antiquis fabricata in usu desierint esse,
neque gymnastas & pædotribas, neque aliptas & reunctores
habeamus, à quibus fricandi, ungendi, tandemque quomodo-
vis exercendi modos, atque commoditates quæramus, sat erit
illis, qui aliqua necessaria occasione impediti libere sese exer-
cendi ocium nequaquam habent, ut potius quomodocumque
possunt, exerceantur, quam semper in consummata quiete de-
gant; modo tamen hoc unum observent, ne statim à cibo exer-
citationes eas, quas gratia sanitatis facere volunt, solícite
nimis adeant, sed saltem aliquot horas interponant, quo
quam minimum fieri potest nocumentum inde sequatur. Por-
ro qui suæ spontis sunt, & majori ocio propriorum corporum
curæ libere vacare queunt, hæc omnia diligenter obser-
vare debent, primo, ut corpus tum à fæcibus & urinis, tum à
mucis & sputis accurate emundare, caput pectere, manus & fa-
ciem abluere studeant, ne excrementa in variis corporum cavi-
tatibus, atque in ipso ambitu latentia, à motu excitata vapora-
tionibus offendant; strictisque meatibus nonnunquam infarcta,
aut exercitationis calore eliquata obstructions, fluxionesque
diversas pariant. Secundo, ut corpus iis indumentis obtegant,
quæ laborem ipsi superaddere nequeant, quæve interim à ven-
tis, si qui erunt, vel à frigore tueantur; aut etiam si æstus urgeat,
fervorem nullo pacto augere, sive fovere queant; nam indumen-
ta nisi exercitandis prudenter accommodentur, præter impedi-
mentum, quod laboraturis in motu præstare solent insigne, fa-
ciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudent, & alia
incommoda sustineant; siquidem sudor ita indutorum sine mo-
tu multo eveniens, veluti ^b Aristoteles disputat, deterior est eo,
qui à labore emanat. & hujus argumentum est, quod ita sudan-
tes decoloratiores evadunt, cum humor per summa corporis
passus, atque incallescens ab externo aëre refrigerari non pos-

^a Lib. 1. de
cibis bon. &
ma. suc.

^b 2. partic.
probl. 30. &
38.

^a In con. de
pu. epilep.

fit, & inde pallorem facile contrahat, simulque corporis perspiratio, à qua gratus calor emanare consuevit à vestimentis inhibeatur. Tertio observandum erit, ut remisse ac leniter unusquisque exerceri incipiat, deinceps ejus intentionem augeat paullatim, usquequo ad terminum, qui sibi conveniens videbitur, perveniat, atque vehementiam rursus pedetentim remittere catenus conetur, quatenus sibi jam satis sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intensis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiam robustis corporibus summe perniciosum judicavit ^a Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione vestes sudore madefactas exuant, & siccas refumant, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque ventis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus à calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicque denuo corporis meatus obstruitur; præterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, foetores, ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quinto observandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primum quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius aliquo motu utatur, tantumque à capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasque corporis fluctuatio æstuatiorve, ab exercitatione genita prorsus cessaverit, eique tranquillitas quædam & levatio successerit. *Totus itaque erit exercitandi modus, & ordo, primo corpus à superfluitatibus quibusvis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodare induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores & vehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exuere, blande postremo moveri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere.* Atque hæc de universali exercitationum speculatione & methodo disputata sufficiant. Restat modo particularis singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene præstare conabimur.

Explicit liber quartus.

HIE-

H I E R O N Y M I
M E R C V R I A L I S
D E
A R T E G Y M N A S T I C A
L I B E R Q V I N T V S.

C A P V T I.

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis.

Sicuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus expectandus esset, nisi recta atque universalis methodus, quam superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac propemodum vana evaderet, nisi hæc particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac fallax ea cognitio videri potest, qua exercitatio universali quodam pacto accepta juvare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentum, quamve commoditatem præstare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationum quarumvis scientiam optantis animum explere jure debeat. Et iccirco ne inchoata à nobis gymnasticæ tractatio imperfecta relinquatur, in sequentibus singulos exercitationum jam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum comprobatis experientia testimoniis, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse veram conditiones rerum inveniendi rationem scripsit * Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo vagetur, ita materiam hujusmodi declarare instituimus, ut primo com-

* 12. Method.

moda in corpora humana ex unaquaque exercitationis specie emanantia, deinde incommoda figillatim explicantur: nam illud, quod quamplurimis medicamentis evenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui profunt, aliis noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis præterea utilitatibus atque damnis à membris superioribus principium sumentes, ut plurimum in ultima atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quæ nullum corporis particulare membrum respicere videbuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturum esse spero: Alterum quod majori facilitate, firmitioreque cognitione quicumque hæc legent, animis eorum infidebunt: Alterum quod habito à valetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, vel nulli errores, vel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum evitabuntur, quos desidria, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosque intempestivus exercendi usus continuo parere solet: illud namque à natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quæ corporibus nostris admota insigniter conducere animadvertuntur, eadem plerumque magnum detrimentum inferant, si vel nullo pacto, vel pravo ordine, atque omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, judicavit ^a Galenus, ubi scriptum reliquit, *eos qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere*, quin interdum naturæ in valetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex adverso illos, & accuratiore victu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque nativam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neque ordine, ac tempore servatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quæ ad universam gymnasticam perficiendam supersunt, prædictis adjungere propositum mihi sit, id ante cetera præfari operæpretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curativa, sed in conservativa medicinæ parte collocasse. Et tamen omnes veterum medicorum sectas, ac præsertim methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus extiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitatio-

nes

^a In lib. de
cibis bon. &
ma. suc.

nes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelii Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, nec non Cælii Aureliani methodici, atque Aretæi clarissime intelligere licet. quod similiter a Galenus, & qui Galenum in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne vel me, vel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere volo, quod scilicet gymnastica principaliter circa sanitatis conservationem versatur, consequenter circa curativam: nullam etenim exercitationem, qualiscumque sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, unctione, ac similibus, vix una, aut altera invenitur, quæ ægrotantibus impune concedi queat; immo illa, quæ adhibentur, potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam valetudinem tueantur, optimumque corporis habitum inducant: in ægrotis vero iccirco eadem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in variis morbis exercitationibus aliquibus utendi consuetudinem in medium adducemus, non erit, quod ullus admiratione capiatur, nosque reprehendat, tanquam gymnasticam soli conservatoriæ inservire statuerimus, quoniam, & nos rei ipsius naturam præ oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum veteres alias experientiis assidue, alias morborum conditionibus permoti paullo diversius sentire quidem visi sunt, sed re vera à sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod licet in multis exercitationibus diversus extiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, veluti pilæ exercitatio, lucta, discus, pugna, atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisque accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unum, aut alterum observemus, antiquos unctiones, ac pulveres in multis exercitationibus adhibere consuevisse, quas nulli hodie, aut quam

a De chroni.

a 2. de diffata.
juxta finem.

paucissimi faciunt; atque hoc multi momenti esse ad variandas utrorumque qualitates, quando de his *a* Hippocrates verba faciens scripsit, *exercitationes in pulvere atque oleo magnas differentias suscipere, cum pulvis frigidus sit, oleum vero calidum, atque inde oriatur, quod hyeme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid à corpore demat: Aestate vero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum & à tempore, & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum ex aduerso pulvis in aestate magis auget feruorem aeris, & corporis remittens, in hyeme autem frigus & algorem inducit.* præterea major pars hominum semel duntaxat in vespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad variandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus æquum iudicium ferre optaverit; debet, quid unctiões, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes, in reliquis eisdem, vel parum diversos effectus existimare.

C A P V T II.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus.

TRes præcipuas exercitationum differentias ab antiquis medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium *ἡγεμονικόν*, sive *præparatorium*, altera *ἐπιπαινετική*, tertia simpliciter exercitatio nuncupata. Exercitationem præparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scripsit *b* Galenus. qua de causa athletæ, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conservare studebant, ante ceteras exercitationes præparatoria utebantur. quam item usurpabant quamplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu venereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis à somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud *c* Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere adversus Epicurum medicum gravissime disputat. sicuti quoque *d* Paulli sententiam, *e* Galeni, atque *f* Ætii opinionibus præferre consuevi, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi

b 2. de tuend.
valet cap. 3. &
3. de tuend.
valet. cap. 11.

e 3. symp.
prob. 6.
d lib. 1. c. 35.
e 6. epid.
f Lib. 1. ser.
3. cap. 8.

bendi secundum cibum in vespere antequam somnus invadat, oportunum existere credidit : quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apotherepauticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exucta emollire, meatusque corporis relaxando excrementa purgare, traditum est à Galeno : unde jure merito post vehementiores exercitationes, post vigiliis, post mœrores, à quibus corporum meatus clauduntur, viresque non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur : in iis quoque commendabatur, qui palæstræ laboribus assueti, ob vitæ negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptæ differentiæ, quæ ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, à quibus sumuntur, condiciones producere possunt : & ideo, qui in calidis locis exercentur, magis exuruntur, qui in humidis, humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad imbibendas quaslibet aëris & locorum qualitates. De differentiis ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, quod exercitationes perpetuæ, sive continuatæ & æquabiles magis delassant, quam inæquabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, videlicet *membra à multo motu refrangi*, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac æquabilis. inæquabilem vero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborque omnibus partibus distributus à singulis minus sentitur : qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractæ non modo præsentem lassitudinem mitigant, verum etiam futuram prohibent, siccitatemque arcent, ac ad motus promptitudinem majorem generant : cuius rei gratia Pollio nonagenarius ætatem suam oleo extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quæ cum pulvere fiunt exercitationes præterquam quod frigidiora conservant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neve illa tantopere defatigentur. habet namque pulvis ex Galeni sententia

a 3. de tuend.
valet. cap. 2.

b 5. partit.
Prob. cap. 1.
& 12.

c 5. de tuend.
valet. cap. 12.

tia emplasticam vim, refrigeratoriam, ac repercussoriam, ut non temere is præceperit, juvenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, pulvere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; si autem asper, instar pumicosi, vel acer, qualis nitrosus, existat, exercitationes eo peractæ mirum in modum extenuant. Inter differentias ab ipsius motus quantitibus desumptas primæ sunt multæ, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit ^a Galenus. ex quo liquet magna cum ratione, ^b Cælium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo ^c Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia univsum corpus siccando, indurandoque pupillæ cutem consequenter indurat, atque ita videndi acuties impeditur. Ex differentiis quoque à motus quantitibus sumptis magnæ exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium parvæ. Inter differentias à qualitibus captas secundum ^d Galeni sententiam acuta exercitatio, sive celer, aut velox corpora extenuat, carnes & succos detrahit, ob idque à Galeno, & ^e Ætio ad curandum polysarchiam præ ceteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraque medios effectus producit. Exercitatio vehemens atque robusta calorem quidem nativum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis, crudisque humoribus confert, at caput ab illa repletur. quocirca mirari soleo, cur ^f Lib. 3. c. 18. ^f Celsus scripserit, *insanientes omnes vehementer exerceri debere*. Valens exercitatio robori augendo conducit: remissa vero languida, ac imbecillis uti prædictos effectus obscurissime parit, sic sanitati ac habitui bono minimum juvamentum affert, potiusque ægrotantibus ac valetudinariis, quam fanis accommodatur. Inter has autem mediæ tum minus, vehementibus ac robustis, tum magis remissis, & debilibus effectus eos producant, & iccirco sanitatis conservationem non parum adjuvant. His igitur ita determinatis, jam facile evadit cuicumque vel mediocri iudicio prædito intelligere, quos effectus

^a 5. de tuend.
valet. cap. 3.
^b 5. chro.
nic. c. ult.

^c Sect. 31.
prob. 14.

^d Galen. 6. de
mor. vulg.
com. 3. & 6 de
tuend. valet. &
lib. 6. cap. 3.
14. Meth.
^e Lib. 1. ser. 4.
cap. 32. & Gal.
de pu. epil.

effectus singulæ exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tamen in recensendis singulis non absque animadversione suis locis præterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando jam sæpius demonstratum est, universales hujusmodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expressius tota medicæ gymnasticæ natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

CAPUT III.

De Saltatoria effectibus.

Q Vicunque saltationum species apud veteres in usu habitas accurate contemplari voluerit, ea ordine temporis, ratione, proportionem harmoniaque musica non caruisse sciet. & ideo nostra tripudia βαρκισμός, ac gesticatorios motus, quos tam mulieres quam viri hodie ad libidines & delicias exercent illis non prorsus dissimiles extare censebit. Verumtamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse nemo non videt, quod, sicuti illæ aliquando sanitati inserviebant, ita nostræ, nunquam, vel raro hoc fine peraguntur, ut valetudinis conservationem adjuvent; quippe quæ ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commensationes exercentur, quando potius quieti & somno vacare præstaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum majores nostri faciebant, & quemadmodum cunctas exercitationes peragi debere, ^a superius demonstravimus, administretur, ^{lib. 4. cap. 11.} quin commoda multa pariat, inficiari minime poterimus. Cubisticam namque, quam primam speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quæ potissimum agitentur, quivis intelligere potest. Itaque qui

Qq

brachia

brachia robusta corpusque undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur illudque ad terram flectitur, primo caput valde repleti necessarium est, secundo viscera omnia quassari, intestinaque suis locis dimoveri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus vehementer commoventur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, viscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, vel natura, vel casu aliquo sortiti sunt. Tertiæ saltatoriæ speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur) quam veram orchesticam appellavimus, ejus quamplurima apud antiquos fuerunt genera, quæ fere omnia hodie abolita, vel saltem non usitata esse cum constet, supervacaneum foret singulorum effectus percensere. proinde fat erit illa adnotasse, in quibus præstandis, & cuncta illa convenisse, atque etiam nostram convenire verisimile videtur. χειρονομίαν etenim sive *manuum gesticationem* attenuare humores, atque sursum carnes trahere, placuit ^a Hippocrati sive Polybo, quam similiter in inveterato capitis dolore, ubi paulatim malum solvitur, commendavit ^b Aretæus, veluti & in vertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quæ motu universum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus valde accommodatur: privatim ubi stomachus in concoquendo laborat, crudosve humores aggregat, utile remedium existit. præterea labantes coxas, infirma crura, male tutos pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inveniantur, quæ simile auxilium præstare queant. neque itidem alteri cedit hujuscemodi exercitatio in extrudendis à renibus, sive vesica lapillis. Ceterum quod prægnantibus mirum in modum noceat, testatum reliquit ^c Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quæ ne calumnias subiret, uteri foetum abjicere cupiebat, consuluit, ut saltaret, pollicitus ea saltatione conceptum corrumpendum esse, veluti postea contigit. Quicumque vero caput debile, ac vertiginosis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuituionibus, versuris, motibusque continuis offenduntur: similiter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in videndo hebe-

tem

^a 2. de diæta.
prop. finem.

^b Lib. 1. curat.
chr. c. 2, & 3.

^c in lib. de natura pueri, in principio.

tem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus aliqui evenit, ac in rotationibus, in quibus sæpe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil omnino videant, atque interdum cadant. Renes languidos, & supercalefactos habentes, feminisque fluxum, *γυναικῶν* à Græcis vocatum, quolibet de causa incurrentes à saltationibus abstinere convenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt. Atque hæc omnia à me dicta intelligantur de ea saltationis specie, quam antiqui sine armis obibant. quod si quis armata, quam vocarunt, saltationis condiciones pernoscere aveat, in hunc modum vere atque breviter statuere rem poterit, videlicet omnia quæ ab illa gignuntur vel bona, vel mala, eadem ab hac effici, nisi quod armata vehementius membra exercet, magisque illa incallescere, & sudare facit, ob quod

¶ 2 de tuend.
valet.

¶ Galenus inter vehementes exercitationes non in postremo loco posuit, dum quis gravi armatura tectus celeriter agitur.

CAPUT IV.

De ludorum pilæ effectibus.

Ludorum pilæ antiquitus complures cum apud Latinos, tum apud Græcos extitisse species, abunde in ^b secundo libro indicavimus: ex quo nullum operæpretium est hoc in loco, ubi solas exercitationum qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud duntaxat animadverti volo, quod etsi nostra ludorum pilæ genera veterum generibus undequeque non respondeant: sunt tamen magna ex parte valde similia: & ideo eorum commoditates, atque nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorum cum illis comparatione, quid conferant, quidve noceant, utraque simul cognosci possit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo Græcos ludos, deinde Latinos prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim convenire cuncta harum exercitationum genera censuit ^c Avicenna, quod fortes existunt. Hoc præterea commune ex omnibus hujuscemodi ludis commodum percipitur, quod qui in ipsis, vel ipsorum

^b Cap. 4. & 5.

^c Lib. 1. fen. 3.
doc. 2. cap. 2.

aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, iisque vitales actiones roborentur: peculiariter vero parvæ pilæ exercitatio inter veloces citra violentiam & robur collocant ^a Galenus atque ^b Paullus, cujus merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoque apud Nonium à Lucilio scriptum invenitur, *Cum studio in gymnasio duplici corpus siccaſſem pila*. Prima autem parvæ Græcorum pilæ species, secundum ^c Antylli sententiam, carnem solidam reddit, brachiis, dorso, atque pullulantibus costis magnam utilitatem præstat, cumque in ea exercitatione crura magnopere laborent, ad acquirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis parvæ pilæ species præstantissima reputabatur olim, quod corpus sanum & promptum ad motus cum robore conjuncto præstat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia vero species oculos atque brachia juvat, spinæ propter inflexiones, quæ currendo fiunt, commodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus parvæ pilæ speciebus cuncta illa convenire cenſeo, quæ Galenus in libello ſuo illis dicato, paucis verbis complexus eſt, videlicet *quod tum animorum virtutem pariant, tum omnes corporis partes accomodate exercendo bonam corporis valetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant*. Pilæ magnæ species prima secundum Antyllum totum corpus firmat, cumque ad deducendam infra materiam vehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisque superioribus partibus, non ignobile juvamentum affert. de hoc ludo sermonem habuisse puto ^d Alexandrum Trallianum, quando in curatione priapismi spheræ exercitium commendavit, quo materia in diverſum retrahatur, & spiritus flatulentus digeratur. Secunda species, quæ plus juſto magna pila peragitur dum projicitur, & utraque manu propter magnitudinem emittitur, brachia firmat, ſed nimis duras plagas infert, ob idque non modo ægrotis, aut convaleſcentibus eſt inutilis, verum etiam bene valentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, æque exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis eſt, neque apta, atque ideo omittendam eam eſſe conſulit ^e Oribasius ex Antylli ſententia. Pilæ, & magnæ & parvæ exercitacionem.

^a 2. de tuend.
valet cap. 8.
^b lib. 1. cap. 18.

^c Orib. lib.
6. collect.
cap. 32.

^d Lib. 9. cap.
vlti.

^e lib. 6. cap. 3.

tionem vertiginosis obesse judicavit ^a Aretæus, quoniam capitibus & oculorum circumvolutiones atque intentiones vertigines afferunt. Coryci exercitationem inter veloces adnumeravit ^b Paullus, quas cum dictum à nobis sit corpora crassiora attenuare, summa ratione Cælius Aurelianus ad diminuendam polysarchiam hanc exercitationem, quam à Græcis *corycomachiam* vocari scribit, adeo probavit, secutus in hoc (opinor) ^c Hippocratem, qui corycomachiam, & chironomiam idem præstare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus judicavit Antyllus musculosum corpus reddere, roburque afferre, & præterea universo corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus visceribus idoneum existere. Aretæus item in elaphanticis *πορυκοβολίας* laudavit. si tamen quis plagas in pectore à coryco fieri solitas consideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili vexantur, simili exercitatione periclitari, & quandoque contingere posse, ut in thorace vasa rumpantur. Atque tot sunt quæ de pilæ Græcorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quæ & ab ipsis quatuor speciebus complexa omnia in usum sanitatis recepta superius demonstravimus. Horum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quæ universum corpus exercet, sed dum brachiis impellitur, dorsum in primis atque brachia firmat. ob quod ^d Cælium Aurelianium de hoc pilæ ludo verba fecisse existimo, quando in epilepticis humeros sphaeræ lusu exerceri mandavit: dum vero pugnis emittitur, manibus major utilitas contingit: ambo tamen viscera adjuvant, calculisque à renibus & vesica extrudendis mirifice conferunt. coxas & crura imbecillia confirmant. Nam Augustum, qui hujuscemodi affectibus corporis sollicitabatur, eorum gratia *folliculi exercitium* (ut refert ^e Suetonius) *adamasse* opinor: quod cum præcipue superiores partes exercent, iis, qui citatam alvum habent, & quos tremor corporis exercet, non sine ratione ^f Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercitationem intellexisse arbitror ^g Plinium, cum Spurinæ prudentissimi, & sanitatis studiosissimi viri rationem vitæ observatam explicans, *se se pila movere*, atque tali exercitationis genere *cum senectute pugnare* solitum scribit, ut vere dixerit ^h Martialis:

^a Lib. 2. cur.
chron. cap. 3.

^b Lib. 5. chron.
cap. ult.

^c 2. de dieta
circa finem.

^d Lib. 1. chron.
cap. 4.

^e In eius vita.
cap. 80. & 83.

^f Lib. 1. c. 6.
^g Epistola 1.
libri 3.

^h Libro. 4.
epigr. 45.

Folle decet pueros ludere, folle senes.

Pila trigonalis, quam parvam fuisse, & tertiæ ab Antyllo speciei descriptæ correspondere probavimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetque; dum eos intendere semper, & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum convertere necessarium est; quocirca jure merito ^a Horatius hujuscemodi exercitationem lippitibus obesse cecinit.

^a Lib. 1. Serm. Satyr. 5.

*Lusum it Mæcnas, dormitum ego, Virgiliusque.
Namque pila lippis damnosum & ludere crudis.*

sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi à quolibet, vel minimo motu magis exacerbantur: quies vero eos recreat juvatque, sicuti & crudos. diximus enim *nullam exercitationem obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione*. Ex quo fit, ut neque pilæ lusus ullo pacto conveniat, quibus crudi, atque indigesti cibi stomachum adhuc male habent: veluti forte Virgilius, alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: quod si qui sunt, quorum ventres, atque stomachi flatibus repleantur, & præ frigore doloribus vexentur, tantum abest, ut exercitium pilæ ipsis ullum nocumentum inferat, ut potius calefaciendo, flatusque insigniter discutiendo non exiguam utilitatem præbeat. qua de re laudandus est Cælius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilæ ludum præcipue commendavit: quomodo item stomacho imbecillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius ^c Celsus. Paganica pila ob latitudinem atque duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conveniret. hodie neque permittendum foret valetudinarios, senes, atque pueros hujusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Græcorum harpasto convenire demonstratum est, inter celeres & vehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: præcipue autem brachia & humeros confirmat; *quinimmo dum invicem congregientes, seque, ne constitutus*

^b Lib. 4. chro. cap. 7.

^c Lib. 1. c. 2.

^d Gal lib. de parvæ pilæ ludo. cap. 2.

stitutus

stitutus in medio excipiat pilam, mutuo vetantes laborant, maximum id vehementissimumque est, multis utpote colli obversionibus, multisque palastricis complexibus commixtum, adeo ut caput & cervix colli obversionibus, latera vero, thoraxque & venter faciei elationibus, depressionibus, expulsionibus, obnixibus, aliisque palastricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi & crura, non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum fanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere lædere credendum est, qui vel caput debile, & collum infirmum habent, vel quibus in thorace vitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosque supercalefactos gerunt. Atque hæc sunt, quæ de pilæ ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inveniuntur.

CAPUT V.

De Lucta commoditatibus, & incommoditatibus.

Lucta, quæ fere semper ab antiquis in magno usu atque existimatione habita fuit, tametsi à medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieque à nobilibus negligatur, & quasi à solis rusticis eo modo, quo apud præcos ab Athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alii imitabuntur, si, quemadmodum hætenus effecimus, ejus commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione observata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta vehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Avicenna præ ceteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuivis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quæ à similibus exercitationibus provenire jam declaravimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pavimentum, quod genus à Plutarcho *pancratium volutatorium* nuncupari^a prædiximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo vehementer, modo remisse, Neque id hoc in loco præteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palæstræ

^a Lib. 2. cap. 8.

stræ luctam intelligi, perinde ac Græci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. Lucta quæ vehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum ^a Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli vero sententia firmum & validum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac musculosum, nervos etiam confirmat, tandemque naturales omnes actiones corroborat; præterea carnem densam illam quidem, & exiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adjicit, pinguedinem, tumores, ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper quiete, magis, ut sentit ^b Aristoteles, sudorem movet, quando humor à requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exiccare potest. Privatim autem capiti prodest, in cujus dolore luctationem jugem adhibito magistro peractam laudat ^c Cælius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Theodorus ^d Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum præsertim frigidis oppressum morbis adjuvat. in quo palæstram corpus agitantem conferre, idem ^e Cælius memoriæ prodidit: non secus quoque frigidos ventres, ac genitalia membra, siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno juvamento afficit, cum maximis illi conatibus motibusque universum prope corpus calefaciat; qua ratione ^f Oribasius palæstram sive luctam hydropisim curare, Theodorus ^g Priscianus satyriasim extinguere scriptis tradiderunt. Ceterum hujusmodi exercitatio ob ipsius vehementiam febricitantibus omnibus inimica existit: ut non immerito ab ^h Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, quod luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquam lucta exerceri consulit: ⁱ Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, *ne meatus magis cavi effecti repleantur*: faucibus & collo magnopere nocet: quæ scilicet partes dum in compressionibus plus æquo compinguntur, divellunturque, damna recipiunt. veluti evenisse Commodi Marci imperatoris filio scripsit ^k Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Jacobum inter luctandum nervum latum oblæsisse, ob idque & ipsum in posterum, & Judæo-

^a 2. de dieta.

^b 2. Prob.
part 7.

^c Lib. 1. chro:
cap. 1.
^d Lib. 2. c. 2.

^e Lib. 3. chro.
cap. 3.

^f lib. 6. c. 28,
^g Lib. 2. ad.
Tim. c. 21.

^h 6. Epid. con.
3. aph. 32.

ⁱ 1. de dieta.

^k lib. de præc.
ad post.

dæorum gentes à nervorum esu abstinuisse, auctor est Josephus in fine primi libri Antiquitatum Judæorum. Ad hæc thoraci valde aliena est, cui vel vasis alicujus rupturæ, vel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impendet periculum. unde non temere ^a Galenus, ne suffocentur, periclitari luctatores dixit, qui similiter renibus, & lumbis male affectis talem exercitationem fugiendam esse voluit, quanquam ^b Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Trajano Romæ in medicina floruit, convalescentibus à renum morbo palæstram minime interdixit. In ulceribus internis vitandum voluit Celsus, ne vel luctando, vel currendo, vel alia ratione sanescencia ulcera exasperentur. Præterea cum inter luctandum crura sæpenu-mero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis adversari credendum est. Sed hæc omnia intelligi debent de erecta palæstra vehementer facta. Quæ vero remissius, & placide peragitur, viceversa secundum Antyllum carnem multam generat. ex quo fit, ut iis, qui à morbis sese reficere incipiunt, sit superiore accomodatior, ac minimo periculo robur & fortitudinem pariat: capiti & thoraci prodest, nervos corroborat. de hac locutum esse ^c Plutarchum existimo, ubi scripsit Lycurgum corpora virginum cursibus, luctationibus, jactibusque discorum & jaculorum exercuisse, ut, quemadmodum germinum radix validum in acris terris principium sumens melius germinat, ita & hæ partes robuste tolerantes, honeste simul ac facile adversus dolores pugnarent. Quæ porro supra pavementum efficitur luctatio, si credimus ^d Oribasio, præcordia atque intestina vitiata adjuvat, lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est ineptior: volutatio in palæstra, cum à Galeno inter celeres exercitationes recensetur, ad extenuanda corpora accommodata erit, sicuti pro minuenda polysarchia à Cælio commendata est, & ab Ætlio si in pulvere fiat, ad hydropisim curandam: cam namque humores exhauriendo refrigerare auctor est in II. de diætâ Hippocrates: at secundum ^e Galeni sententiam iis magno studio fugienda erit, *quos ex levi causa vertigines, comitiales morbi, gravis ophthalmia, vel aurium dolores male habent. simili modo & illis, quibus tonsilla, & angina in-*

^a 6. epid.
com 3.

^b In libro de
passionibus
renum.

^c In ejus vita.

^d loco citato.

^e y. de tuend.
valet cap. 3.

^a ad Thrac.
cap. 41.

cidunt, quibusque prompte in columellam, gingivas, dentes, denique partem aliquam ex his, quæ circa collum, aut totum caput habentur, fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta, circa quam oriri posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artem omnibus aliis melius calluit, non modo luctam fere nullibi ad quidquam commendavit, sed potius tanquam parum utilem, aut omnino noxiam damnavit: cum alias dixerit luctatoribus vasa pectoris rumpi, alias crura distorqueri, alias suffocari, alias luctam à bene instituta republica odio haberi. At hujuscemodi dubitationes ita dissolvere licet, quod ex sententia ipsius ^a Galeni vere palæstra, sive lucta, per quam exigua gymnasticæ medicinæ pars extat, omnibusque exercitationibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum jaculari, currere, equitare, saltare, venari, navigare, fodere, quam lucta exerceri melius est: & sicuti athleticæ, gymnasticæ luctatio magis accedit, atque infervit, ita quoque à medica longius recedit: unde non est mirum, si Galenus ejus exercitationis facultates explicare noluit, quam in medicina minimam commoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quæ ab aliis auctoribus tradita invenimus, explicanda esse duximus, non ut Galeni auctoritatem ceteris, vel ipso superioribus, quos male de exercitationibus sensisse scripsit, vel posterioribus postponam; sed ut demonstrarem, si qua à lucta expectari commoda debent; hæc ab auctoribus indicata, & nulla alia fore. De ista namque apud ^b Hippocratem scriptum invenio, quod *qui exercitationibus utuntur, hyeme currere ac luctari debent, æstate vero luctari quidem parum, currere autem minime, sed multum deambulare, secundum ventum ac frigus. Quicumque ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui vero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, vel maxime calefieri, componique ac recreari queat.*

^b lib. de salub.
diæta.

CAPUT VI.

De Pugilatus, Pancratii, & Cestuum facultatibus.

QUamvis inter ceteras exercitationes ad sanitatem spectantes pugilatus minimam sibi partem vindicare videatur, potiusque athletarum, quam ingenuorum hominum professionis specimen præferat: nihilominus si partes corporis, quæ simili motu agitantur, accurate contempleremur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim judicabimus: nam tum brachia, tum manus nonnullis usque adeo hujus exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atque ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitent: quos certe illis partibus optime valere, firmaque valetudine frui nemo negaret. ideo quicumque brachiis, manibus, atque digitis firmari, illisque robuste uti exoptant, quam aptiorem exercitationem ista requirere debeant, non video: eo magis, quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus à jacentibus & sedentibus, quam ab erectis & stantibus, seque moventibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniam in erectis & sese moventibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt, at inferiores quoque partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in jacentibus, vel sedentibus, quorum inferiora penitus ociantur. Nocet pugilatus capiti, neque satis mirari possum, cur Aretæus in vertiginosis eum probarit: nocet auribus & pectori nimium, quæ dum admodum debilia sunt, à plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: à quibus similiter omnes illi cavere debent, quibus dentes infirmi & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriæ traditum est ab ^a Aristotele, quod exercentibus manus sudor magis emanat, si ceteræ corporis partes similem habitum servant: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquæ fricantur: ex qua frictione cum calor increascit, tum ejus, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter à corpore extra

^a 2. prob. 5.

evocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Ætium puto : quando nocturnum seminis profluvium exercitationibus per supernas partes factis curandum mandavit. Quæ frequentissime omnium ab athletic exercabantur, erant lucta, pugilatus, & pancratiū; luctæ atque pugilatus minimus quidem fuit in gymnastica medica usus : sed pancratio multos, quibus aliquæ corporis partes male afficerentur, se curasse gloriatur ^a Galenus. ex quo, sicuti pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est, certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractum universo corpori ad robur acquirendum prodesse : vehementer si fiat, solum athletarum munus existere. Ad hæc cum à ^b Galeno inter magnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequenter frigidis habitibus apprime congruere, rationi consentaneum est : id quod intellexisse ^c Theodorum Priscianum, quem alii Octavium Horatianum Vindiciani, Archiatrorum Valentiniani comitis discipulum faciunt, arbitror, quando scripsit *hydropicos labore nimio, & continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse* : ab ^d Hippocrate edoctus, qui hæc in v. Epidem. scripta reliquit : ἰδρωπιώδεα δέον τάλαιπωρέειν, ἰδρῶν. quod item innuere voluisse Cælium Aurelianium possibile est, ubi stomacho sollicitatos variis palæstrarum exercitiis adhibito præceptore exercendos consuluit, ut inflationes ac frigiditates illius removerentur. quæ omnia etiam de volutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratiæ species, quam diximus i. i. libro sub σωμαπομαχεῖν notasse Galenum, quod ac crassiores homines efficiendos mirifice conferret, indicavit ibi Galenus ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpretes *athletas* transtulit. Cæstum exercitationes, de quibus apud medicos nullam prope mentionem factam invenio, quin aliquod brachiis præsidium afferre valeant, negare minime possum : cum tamen exercitatio cæstibus facta pugilatus species quædam foret, atque à ^e Virgilio nomine quodam infami sub hoc versu notetur :

Seu crudo fudit pugnam committere cæstu,

in hanc sententiam venio, cæstus apud medicos, sive in tuenda
sani-

sanitate, five in curandis morbis, five in acquirendo bono habitu nullum locum habere, atque ideo similem exercitationem penitus omitti debere. Ceterum illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatum, & cæstus exercitium absque antagonista quandoque usurpatum, tuncque *schiamachia*, de qua infra loquemur, & ^a supra quoque locuti sumus, speciem quandam extitisse, dum scilicet pugnis & castibus aërem dumtaxat percutiebant, quæ profecto exercitatio veluti manus atque brachia citra molestiam exercere valet, pariter alteri cum adversario factæ præferenda semper erit: nempe cum plagis illis, atque percussionibus careat, quæ plerumque in hujusmodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitationis delectati, assuetive (nam & ^b Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere advertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuive assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresve reddere percipient, poterunt citra ullius noxæ periculum sese dumtaxat adversus aërem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis & gravibus percussionibus, delectationem, ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia servantur, quæ in cunctis exercitationibus obeundis studiose observanda esse in libro ^c quarto docuimus.

^a Lib. 3. c. 4.

^b 2. de tuend.
valet. cap. ult.

^c Cap. 10, 11;
& 12.

CAPUT VII.

De Cursus natura.

Sicuti pugilatum privatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maxime utilitatis extitisse, & proinde à medicis, atque gymnastis sæpius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim à ^d Galeno inter illas exercitationes reponatur, quæ veloces sunt citra robur atque violentiam, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis verbis antiquissimus auctor ^e Hippocrates, nec non ^f Galenus ex gymnastarum & medicorum sententia asseruerunt. Est tamen in

^d 2. de tuend.
valet. cap. 1.

^e 6 epi. con:
^f 3 aph. 2.

R r 3.

cursum

curſu agendo multiplex diſcrimen, quod *alius velocius, atque vehementius; alius remiſſius, & placidius* peragi poteſt: & hac ratione illius effectus variari neceſſe eſt, quemadmodum etiam currendi modi, dum variantur, *alii in rectum, alii in obliquum, alii ante, alii retro, alii circulariter, alii nudis corporibus, alii rectis, alii per plana, alii per inaequales, vel montuoſas vias aguntur.* Curſum quemcumque febrientibus detrimentum afferre, prudenter traditum eſt ab ^a Hippocrate, & à ^b Galeno, quem à nemine ægrotos curſibus curari ſcribentem de ſolo vehementiore ſermonem habuiſſe ſentio, quando etiam in libro de parvæ pilæ ludo, illum veluti non ſalubrem, & plus æquo univerſum corporis habitum extenuantem, nihilque virilis exercitationis habentem jure improbavit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum vehementem exercitationem nuncupavit. alioqui Galeno repugnantem ſententiam tuliffet. Eſt igitur curſus vehemens fere ad ſanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, ſique ullum juvamentum affert, proculdubio carni, atque immodicæ pinguedini tollendæ confert, veluti comprobavit ^c Cælius Aurelianus. confert quoque ex ^d Hippocratis ſententia valde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atque citius ſiſtatur. ob quod & in ſplenis ægritudinibus quibusdam ſtrenue adeo juvare reperitur, ut Ætius Amidenus ſe aliquos noviffè referat, qui ſolis curſibus & deambulationibus ab omni affectione ſint liberati. Legitur apud Plutarchum in Demoſthene Orchomenium Laomedontem ad repellendum ſplenis vitium ex medicorum præceptis longis curſibus uſum, atque ita corpore laboribus ſubacto certaminibus ſeſe dediſſe ſacris, & inter optimos evaſiſſe dolichodromos. Peculiariter vero iis valde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo ^e Ariſtoteles quærens, cur, qui detrudere ad ima genus omne excrementorum putatur, curſus ſi velox fiat, tam in hominum genere, quam in ceterorum animalium facit, ut capita à morbo tententur, dicit id eo evenire, quoniam motus velox, cum vires intendit, & ſpiritum retinet, caput concalfaciat, ejusque venas mirum in modum inflat, attrahentesque reddit facultatis externæ, ut frigoris & caloris; præterea quæ in

^a 6. epid.
con. 3.
^b Apho. 31.

^c lib. 4. chro.
cap. 4.
^d 1. de diætâ

^e 5. partic.
prob. 9.

in pectore sunt, sursum attrahi cogit, ex quibus omnibus locum superiorem ægrotare necesse est; & iccirco sapienter ^a Theodorus Priscianus scriptum reliquit, cursum vehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atque placidus ad corpora perbelle calefacienda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum valet; privatim autem defluxiones, atque catarrhos curare, & aliorum vertere idoneus est. & iccirco ab Aretæo talis pro vertiginosis commendatur, sicut, & pro elephanticis ab ipsomet, atque à ^b Celso, qui, ubi sicca tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in pulvere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, necnon eo morbo quem Græci *κυνικὸν πνεύμα* nominant. licet enim primum defluxiones excitare videatur, eas tamen tractu temporis postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio vix crura moveri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi propemodum obliti videantur. Stomachum strenue firmat; ventres à flatibus & frigidis passionibus liberat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendum consulat Cælius Aurelianus, sicut, & ^c Ætius in hydropicis: splenis tumores deprimit, & ob id merito ^d Theodorus Priscianus spleniticos cursum appetere debere prædica- vit. In renum morbis, & seminis profluvio se cursum adhibuisse, tamquam adservatum quoddam præsidium memoriæ pro- didit ^e Antyllus, quemadmodum, & iis, quorum viscera tor- quentur, & qui fungos esitarunt, vel à scorpionibus icti sunt, eundem profuisse observavit. quæ tamen sententia in cunctis re- num affectionibus minime probanda est: quoniam si patiantur ulcus, sive nuper sint passi, à cursu non parum detrimenti ca- pere credidit ^f Rufus Ephesius. Quod præter hæc talis exercita- tio pedes, atque crura, quorum propria actio existit, non pa- rum adjuvet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot commoda secum vehat cursitatio, non sine quoque aliqui- bus incommodis (quæ est communis remediorum omnium na- tura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus ^g Aristoteles probavit, ubi currentem am- bulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam

^a lib. 2. ad Ti-
mot. cap. 2.

^b Lib. 3. cap.
25.

^c lib. 3. ser. 2.
cap. 28.
^d lib. 2. ad Ti-
mot. cap. 25.

^e Oribas 6
coll. cap. 22.

^f lib. de affe-
ren.

^g 5. partie.
prob. 39.

^a 5. partic.
prob. 18.

^b Apho. 115.

^c Lib. 29. c. 1.

^d 6 Epid.
com. 2.
5. Metho.

^e In Mercu-
tore.

^f 5. Prob. 16.

quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans vero parte insistente vicissim sustentatur, quasi-
que parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Cursus præterea ^a eodem auctore carnem refrigerat, nec alimenti reddit capaciores; nimirum cuius pars in imum convertitur, pars à naturali calore penitus extenuata transit in spiritum; neque vero huiusmodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen vel caput, vel thoracem non admodum firmum, vel urinam ardore sollicitantem inueniat, profecto morbos varios generat. id quod de capite ^b auctor quarti de acutorum victu libri significare voluit, dum *nonnullos ob cursum capite dolere scripsit*. Quod item clarius confirmat Cassius Jatrofophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut ^c Plinius testatur Romæ medicinam ætate Cornelii Celsi, à quo ingeniosissimus vocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis causam sci-
scitans, *qua illis, qui leniter moventur, si prius capitis gravitate laborent, post motum sese levatos sentiunt; qui vero currunt, etsi nullam antea gravitatem perciperent, post cursum capite gravantur*: ideo evenire dicit, *quoniam in sese placide moventibus materia ad inferiora descendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, veluti contingere in pila super pavimentum jacta cernitur, quæ si blande jaciatur, inibi quiescit; sin violentè, statim supra resilit*. De thorace autem legitur apud ^d Galenum, *currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, nec non interdum aliquod ipsis vas in pulmone, aut pectore rumpi*. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, verum de aliis vehementer currentibus. Achanthio enim ille ^e Plautinus cum ad Charinum velocissime cucurrisset, dicit *ex cursu rupisse ramicem*, & jamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine (ut fusiùs diximus primo variarum lectionum capit. xx.) pectoris venas latiores instar varicis significans. Alioqui scriptum est ab ^f Aristotele, *cos, qui non concitate admodum currunt, numerosè spirare*, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumque respirandi sensibilem

lem præstans explicare numerum valet. *Illis, qui vel in bubonibus, vel alibi rupturas patiuntur, cursum cavendum* præcipit
 a Paullus. Ad hæc ardorem urinæ ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cervi, qui inter currendum usque adco hujuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animadvertentes sagaces venatores, eos prosequuntur, nec mingendi iplis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse, traditum est à b Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque hæc omnia de cursu recta in anteriora facto à me explicata sciantur. pro quo id silentio non esse prætereundum duco, quod c Aristoteles scriptum nobis reliquit; videlicet, *eos, qui cursum concitate agunt, convulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit*: quandoquidem ea potissimum convelluntur, quæ in partem contrariam vehementer trahimus, atque movemus. unde si homini currenti, vehementerque membra ultra propellenti quis obviam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quæ adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque convulsio tanto vehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus ab d Hippocrate nuncupatus, secundum ejus sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, verum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaue comedentibus utilitatem præstat. At recursus in posteriora secundum e Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus atque utilis est; iccirco non replet caput. Circularis vero cursus secundum f Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & ventrem maxime: proptereaque acutissimo spiritu utentes humiditatem in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab g ipso in iis commendatur, *qui nigra astra in insomniis vident*, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput valde offendit, vertiginesque, ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem & crura vitiat; ideoque repudiari omnino debet. Sunt cursus per acclivia magis laboriosi, magisque thoraci, & cruribus inimici; similiter & per montes: per declivia vero caput

a Lib. 3. c. 53.

b Lib. 4. c. 8.

c Ibidem
prob. 36.

d 2. de dieta
circa finem.

e Oribasius
loco citat.

f 2. de dieta.

g In lib. de
insomniis.

a lib. de ver-
tig.

b lib. 2. ad Ti-
mot. c. 12.

c 2. de diæta.
& lib. de in-
somniais.

d 2. patrie.
prob. 30.

vehementius afficiunt, viscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia præstant, quæ jam declaravimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem movendo magis humectant, & carnem calefaciunt, ideoque *a* Cælius Aurelianus capitis dolore laborantes, ut vestitos currere faciamus, magnopere curandum præcepit; quemadmodum *b* Theodorus Priscianus scriptis mandavit, cursum cum vestibus laneis peractum asthmaticis prodesse: hunc tamen *decoloratione corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur*: auctor est *c* Hippocrates, qui tamen eundem in illis probavit, *qui stellas deficientes in insomniis vident, quod secretionem in corpore humidam ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur*. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus evocant humores, corporaque magis deurant. quocirca *d* Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiamsi minor sit, magis laudat, quam qui sub veste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum æstivo tempore ætitant, quique coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratoria incolunt, melius colorantur iis, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisque coloratiores est, cum veluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusque à calore nimio angitur. quod certe iis accidit magis, qui vestiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui veluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis sese modico somno recreantibus colore florent. Cursum universim acceptum magis hyeme, quam æstate ex usu esse credidit Hippocrates, sive Polybus in secundo de diæta libro. ex adverso Oribasius tum hyeme, tum æstate media convenire sensit. cuius forsan sententia verior judicabitur, si sudorem quis æstate magis, hyeme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc jam supra abunde disputavimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

CAPUT VIII.

Quid præstet Saltus.

SAltum inter vehementes exercitationes, quæ ex robusta atque celeri componuntur, collocandum judicavit Galenus, & præsertim illum, qui sine ulla intermissione jugiter continuatur; qua de re ipsum calorem nativum augere, & concoquendis cibis, crudisve humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori nocere ex eo constet: quod in hujuscemodi exercitationibus alterum vehementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi inflexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox vasa tam pectoris, quam pulmonis franguntur: ut evenisse interdum narrat ^a Galenus. Hoc præterea saltui commune inest, ut gravidas mulieres abortiri facillime faciat: neque istud ab ^b Hippocrate solum, ceterisque vetustissimis auctoribus, ubique confirmatum est; verum etiam ipsa rerum parens optimaque magistra natura nos uberrime edocuit, nimirum quæ capreas, & cetera brutorum genera saltantia firmamenti quibusdam, ut indicat ^c Galenus, munivit, ne ligamenta, quibus foetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faciliter disrumperentur; quod munimen cum humani generis foeminis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet saltandi occasiones ipsis effugiendas esse, Multæ sunt saltus species, quarum duas ^d Oribasius Antyllum secutus nominavit, *exilitionem* videlicet, atque *saltum* ita proprie vocatum. de exilitione, quæ quodammodo cursui adsimilatur, hanc sententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari, thoracem adjuvare, cum inflexionibus valentibus careat; materiam, quæ ad partes superiores rapitur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus excarnibus, stupidis, atque tremulis præsidium afferre. hanc etiam intellexisse opinor ^e Suetonium, ubi Augustum *ambulare solitum, ita, ut in extremis spatiis subsultim decurreret*, scribit, quasi sic infirmis coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon vesicæ calculis,

^a 5. Method.^b In prin. de nat. pueri.^c 14. de usu partium.^d Lib. 6. cap. 31.^e In ejus vita cap. 83.

lis, quibus afflictabatur, sæpe occurreret. De saltu vero proprie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed quia thoracem nimis, & violentia motus, & magnis inflexionibus concutit, ejus affectionibus minime convenire; verumtamen, & ad motum, & ad actiones promptum corpus valde reddere; quod si ad nates efficiatur saltus, qualem Lacænarum mulierum fuisse ^a jam diximus, caput, ex ejusdem Antylli sententia, peculiariter purgat, & purgando siccatur. atque de hoc mentionem fecisse ^b Aretæum puto, ubi in vetere capitis dolore saltum, & *ἐνδοπαίδου ἀνέλησιν* laudavit, sicut, & *ἀφασιν* in vertiginosis. evocat etiam menstruas mulierum purgationes, & foetus nimium adherentes expellit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quoque retentas quassationis merito dejecit, necnon uterum, qui supra sese contraxit, in suum locum trahit, hæmorrhoidas provocat, lapillos ex renibus ad vesicam detrudit: genibus tamen ob continuas & nimis violentas flexiones, summopere nocet. Qui versus altum peraguntur saltus, sicuti coxas juvant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput à superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum viscera omnia vehementius quassant, & ob id etiam qui vel hernias patiuntur; vel quas vocant alias crepaturas, vel varicibus crura tumida gerunt, hujuscemodi exercitationes summo studio ex ^d Paulli sententia vitare debent, sed & podagrici omnes, & qui levi qualibet de causa à destillationibus ad pedes, tumoribusque omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec vel ætatis ratione, vel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesque humores exinanire manifestavit ^e Galenus; licet postea apud varios medicinæ auctores, & potissimum apud ^f Rufum Ephesium invenerim, eundemmet saltum iis obesse qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quive renum imbecillitatem, ac fervorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent, aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum à saltu valido frangi venas scriptum est apud *Ætium*. quæ omnia de saltu simpliciter facta intelligenda esse

^a Lib. 2. c. 11.

^b Lib. 1. curat.
chr. cap. 2.

^c In lib. de
natura pueri.
in princip.

^d Lib. 3. c. 53.

^e 6. epid. con.
3. aph. 2.

^f Lib. de passionib. renum.

esse volo. Qui enim manibus vel lapide, vel plumbo, vel aliquo alio plenis saltare nituntur. ab aliis in hoc differunt, ut dicebant ^a Aristoteles, & ^b Theophrastus, quod illi inanem jactantes manum majorem brachio laborem pariunt: hi vero minorem; siquidem brachium inani jactatione quasi convellitur, cum in nulla re nitatur; in jactatione vero pondusculis manu apprehensis facta, nulla hujuscemodi convulsio contingit, quando saltans id manibus tenet, cui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter atque currentes, qui dum manus invicem quatunt, velocius procurrun, quam manibus tensis, atque otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaque manuum divaricatione & explicatione innixi, vehementius, firmitus, & consequenter velocius moventur.

^a 5. part. prob. 8.
^b in libro περὶ κινήσεως

Aristot. lib. de commun. animalium gressu.

CAPUT IX.

De Halterum conditionibus.

Halteribus factam exercitationem duram esse, atque vehementem, præter ^d Antyllum, comprobavit quoque ipse ^e Galenus, dum in hujuscemodi ponderibus apprehendendis, jactandisque musculos omnes, atque nervos, validissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim corpus calefacere hæc exercitatio idonea sit, & præsertim dorsum, quod maxime in jactandis halteribus satisfacere videtur; præterea carnem creat; privatim vero superiores partes ab illa exerceri memoriæ mandavit ^f Galenus: cujus ratione ante ipsum Aretæus hujuscemodi exercitationem in antiquo capitulis dolore, qui paullatim finiatur, usu probavit, veluti etiam in coeliacis & vertiginosis. Sed Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoque, quem diffusio infestat, quique imbecillus est, & in quo cibus acefcit, sive cum labore concoquitur, accommodari scribit: laudat in arthriticis ^g Cælius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palæstricæ halteras appellant, tum primo cerei, sive lignei cum parvo plumbo intercluso movendi porrigantur, deinde graviores pro modo profectus; ^h Galenus cuidam, qui mordax, præcali-

^d Orib. lib. 6. cap. 34.
^e 2. de tuend. valet.

^f 6. de tuend. valet. cap. 14.

^g Lib. 5. chris. cap. 2.

^h 6. de tuend. valet. cap. 14.

Si 3.

dum.

dumque semen inter emittendum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia, sese halteribus excrceret, suasit : quem postea ^a Lib. 9. c. ult. secutus ^a Alexander Trallianus in priapismo curando hujusmodi exercitationem commendavit, quod animadverteret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumque semen, verumetiam ad materiam in diversum trahendam, spiritusque flatulentos digerendos conducere. similiter quoque ^b Galenus in ulcerum crurum curatione, nisi quid aliud impediatur, halteribus peractam exercitationem probavit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxiis ad partes inferiores delabantur. ^c Idem etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas ætas, aut ægrotantis voluntas permittit, loco ipsarum supplere judicavit. Verum enim vero, neque capiti, neque thoraci similem exercitationem congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atque inæqualiter agitur, alterius autem vasa, ne ob maximam, qua brachia utuntur vim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam rem fortasse considerans ^d Lib. 14. epi. gr. 47. ^d Martialis, fassionem, quam Galenus, & exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercitationi præposuit sub hisce versibus.

*Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?
Exercet melius vinea fossa viros.*

Hujus cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia præstare creditur, quæ jam enarravimus; Alterum vero particulari quadam facultate crura, nervosque confirmare, & materiam deducere scripsit Antyllus, veluti & tertium spinam, illaque juvare & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce omnibus adjungere opportunum duco, quod quamvis hac tempestate figura illa halterum antiquorum à ^e Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulæ plumbeæ, ferreæve, apud alios lateres ac lapides prope spherici, & graves usurpentur, nihil figura illa refert ad variandos effectus, efficiendumve, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in prisco-
rum

^e g. Eliacor.
circa finem.

rum inveniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, vel massulis projiciendis, brachia, dorsum, omnesque superiores partes movent, contorquentur, ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes affectus à nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant.

CAPUT X.

De Disci, atque Iaculationis effectibus.

DE disco quamvis apud medicinæ probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inveniam, ob idque fortasse locus iste dimitti postulare; quoniam tamen à Galeno proditum fuit, disci jactum, nedum exercitationem apud antiquos extitisse, in gymnasiisque fieri solitam, verum etiam inter vehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoque apud multas nationes in usum exercendorum corporum venire, proinde *siccis* (ut ajunt) *pedibus præterire* illum omnino nolui. Quocirca in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atque illis, quibus veloces exercitationes negantur, perfecte convenire, necnon imbecillos, & inferioribus membris invalidos moderate corroborare. cum etenim magni, atque vehementes obnixus in longius discum projiciendo requirantur, fit ut vehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cujus purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requiretetur, nec ipsæ aliquibus impedimentis adhiberi possent, earum vice per discum facta exercitatio admitteretur, quæ nimirum id præstaret, quod in phlebotomia & medicamentorum purgatione exoptaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique universum dorsum corroborare idonea est, quæ scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in vertiginosis quoque ab Aretæo commendatur. Ab illis vero magnopere evitari debet, quicumque aut renes, aut thora-

^a In 6. epid.
comm. 3.
aph. 2.

thoracem male affectos habent : nam illi fervidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dissolutionem contrahunt : hujus interna aliqua vasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem extitisse halterum, atque disci, sciendum præter variam utriusque figuram jam à nobis in ^a superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres variis contorsionibus altius agebantur, discus vero, etsi in altum projiceretur, tamen longitudo spatii jactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis projiciendis exercent, in quibus iidem effectus videntur, qui olim in discobolis visebantur. Jaculatio porro sicuti à disci jactu parum in ipsa projectione differre videtur, ita quoque vires similes, & ad nocendum, & ad juvandum obtinere credendum est. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud minime silentio obvolvi debere sentio, veteres scilicet non sine mysterio Æsculapium, atque Apollinem, ambos medicinæ auctores, ambos sanitatis magistros arti jaculandi tamquam Deos præfecisse; nimirum hac sententia innuentes, hujusmodi exercitationem bonæ valetudinis conservationi, bonique habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cujus exercitationis postquam plures species effecimus, alias à jaculorum, sive sagittarum varietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illæ emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis vocatis palis jaciendis exercentur, hoc admonitos velim, ut magnam curam adhibeant; quoniam sæpenumero peritonæum disrumpi, intestinaque in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia compertum est : cumque in emittendo maxima vis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto atque infirmo hujusmodi jaculationem adversari puto. Non est quoque illud ignorandum, quod ^b Marcus Tullius memoriæ prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur non ferendis doloribus, propagasse tamen vitam aucupio sagittarum jaculatione facto. quod an faceret exercitatio

^a Lib. 2. c. 12.

^b s. de finib.
bon. & mal.

tatio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum verisimile videtur.

CAPUT XI.

De Deambulationum qualitatibus.

SI ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam navant, maxime quærendum, atque cognoscendum sit; quodque ceteris quibuscumque frequentius à cunctis ferre hominibus, omnique tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: siquidem nullus est, sive puer, sive adultus, sive senex, qui non modo eam præstantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui vel ratione, vel longo usu, quibus quæque corporis partibus, & profit, & noceat, perfecte animadverterint: id quod evenisse existimo, cum ob varias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in hujuscemodi rebus & in quampluribus aliis antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operæ pretium facturum me esse spero, si, deambulationum species præcipuas recensens, consequenter quid unaquæque tam boni, quam mali efficere valeat, demonstravero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod sæpe invenire est apud auctores medicinæ Græcos & Latinos, præcipi simul ambulationes & exercitationes; quasi illæ ab his separatæ, nec exercitationes sint; quorum sententias sic interpretari volo, ut semper, dum ipsas sejungunt, sub nomine exercitationum eas, quæ proprie ita appellantur, significant; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, alteram apothérapeuticam à medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua non est nunc instituti nostri multa verba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam valetudinem, aut in sanis ad conservandam atque augendam majores utebantur,

nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio, cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignavit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diversas, sub unica illas omnes differentias comprehendere impossibile videtur. Deambulationes itaque dividuntur, tum à motu ipso, à quo (vit sic dicam) earum essentia existit; tum à loco, in quo perficiuntur; tum à tempore. A motu, quoniam *alia celeres sunt, alia tardæ, alia vehementes, alia remissa, alia multa, alia pauca, alia mediocres, alia longa & recta, alia breves & reversivæ*, atque hæc, *vel totis pedibus, vel summis digitis, vel calcibus*. A loco, quoniam *alia sunt in montibus, alia in viis planis*; & quæ in viis planis, *alia in inaequalibus, alia in equalibus*, & *vel sub porticu, vel sub dio, vel sub sole*. A tempore, quoniam *alia sunt hyeme, alia æstate, alia mane, alia vespere, alia ante cibum, alia à cibo*. Tot enim deambulationum discrimina, ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experiētiæve reperio: quarum nonnullæ sane possunt esse apothēpēuticæ, sicut apud ^a antiquos fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum venire, quando jam confectæ sint graviores exercitationes, sive post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post subliationem oculorum, & post copiosum vomitum: atque hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemque adducere, quæ distenta sunt solvere, itemque thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, ventriculum firmare, & quod maximi refert, omnem affectionem, quæ lassitudinis sensum infert, quæque perturbat, explicare, atque dissolvere. de ista loquebatur ^b Hippocrates quando scripsit, *deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareque, minime vero permittere, ut caro præ labore colliquetur, sed ipsam purgare*. Atqui deambulationum simplicium mediocris ceteris omnibus magis ex usu est: de qua intelligendus est ^c M. Tullii locus, quando is Tironi consulens, ut valetudinem curaret, ab ipsa quinque postulari scripsit, *πίψιν, ἀλυπίαν, πείπατον σύμμετρον, τέψιν, ὀλυσίαν καὶ ῥαίαν*, id est *ciborum coctionem, tristitia carentiam, ambulationem moderatam, oblationem, & alvi solutionem facilem*. mediucrem autem appello

^a Oribasius
6. collect. cap.
21.

^b 2. de dieta
prope finem.

^c 16. famil.
Epist. libro
Epist. 18.

pello ambulationem, quæ inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit ^a Antyllus, quæ, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci, nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca, quando sese destillationi, à qua valde afflictabatur, deambulatione succurrere fatebatur; hanc eandem pro infania, proque asthma curandis ^b Cælius Aurelianus commendabat: est vero etiam maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturve. Inarquatis, sive ictericis curandis ea usus Archigenes invenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressæ sunt purgationes, & cum alvus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur. non mediocriter quoque coxendicis morbis prodest, & ad summam omnibus iis, in quibus necesse est, aut à superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quæ ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Jam vero febrientibus omnibus deambulatio hujuscemodi obest, nimirum quæ, ut sentit ^c Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusve, aut feminis defluvium patientibus. Porro velox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit, cujus gratia ^d Cælius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse judicavit. Ambulationes tardæ fere eadem præstant, quæ ab apothérapeutica effici diximus: quocirca valetudinariis senibus imbecillioribus, & iis, quos post cibum ambulare delectat, quique nuper à somno expergiscuntur, aut ad majores exercitationes incundas sese præparare volunt, aut quavis parte dolent, accommodatæ erunt. Has etiam esse crediderim, quas ^e Hippocrates, Avicenna, & Haly à cena ad magis cibum in ventriculi fundo, ubi citius absolvitur coctio, accommodandum probarunt, quasque Galenus VI 1. Methodi pro reficiendis corporibus exiccatis commendat. In capitis dolore ^f Cælius Aurelianus probavit, *ut laborans deambulatione excerneretur, primo tarda, de hinc medio tempore fortiori, atque paullo erectiori extentis cruribus;* idem & pro epilepticis ambulationem levem probavit,

^a Oribasius
ibid.

^b Lib. chron.
1. cap. 5. &
lib. 3. cap. 3.

^c 6. Epid.
com. 3. aph 3.

^d Lib. 4. chro.
cap. 7. & lib.
5. cap. ult.

^e 2. de diet.
circa finem.

^f 1. chronic.
cap. 1.

nempe quæ sine capitis concussionem humores à supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & univ-
 sum corporis habitum citra noxam calefacere valeat; quarum
 omnium gratia eam in quartanariis, ubi paroxysmus non affli-
 git, juvare, minorem fatigationem quam stare pedibus afferre,
 tradidit ^a Galenus. In spirandi difficultate, & in sacro igne
 similiter, quem Græci ἐπὶ πῦρ, Scribonius *Zonam*, Plinius
circinum vocant, ambulationem hujusmodi conducere te-
 statum reliquit ^b Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi
 curanda in usu habendam esse consuluit cum eo ^c Cælius. ve-
 hemens sive nimia deambulatio frigidos adjuvat, & ea ratio-
 ne à Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur;
 anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnope-
 re perturbat, & ob id jure reprehendendus est Praxagoras, qui in
 epilepticis plurimas, & vehementi motu celebratas deambu-
 lationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipien-
 dæ podagræ expositis nocet; quandoquidem ob nimias deambu-
 lationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari,
 scribit Galenus; sicuti ex adverso remissam arthriticis, & po-
 dagricis, & ulceribus internis convenire, insinuarunt Cæ-
 lius & Celsus, ubi deambulationem molli stramine, cœquato
 solo peractam ipsis commendavit. debent enim (ut scriptum
 est à Tralliano) *qui podagra, & articularum affectionibus tur-
 bantur, μετεῖως, & ἀνὰ νύκτα πῶλιν moveri, potissimumque ante,
 & non post cibos.* Nam lassitudo his maxime adversatur, ut
 quæ articulos plus justo calefaciat, & inflammet, ipsique aliam
 rursus materiam ex longinquiorebus particulis ad se attrahen-
 tes, arripientesque fluxibus jugiter causam suggerant. Multa
 deambulatio secundum ^d Antylli sententiam juvat eos, qui
 caput, vel thoracem male affectum habent, & à quibus in-
 fernæ corporis partes non nutriuntur, quive in exercitati-
 bus vehementiori motu egent; pauca vero prodest iis, qui
 post exercitationes non lavantur, quibus à cibo deambulatio-
 nibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus
 gravitas in corpore sentitur. Longa, & recta ambulatio mino-
 rem, quam brevis, molestiam parit, ^e capiti prodest: ut non
 immerito *f* Cælius, atque & Cornelius Celsus epilepticis curan-
 dis

^a 1. ad Glau.

^b Lib. 4. de re
med. cap. 7. &
lib. 5. cap. 28.

^c Lib. 4. chro.
cap. 3.

^d Oribasius
ibidem.

^e Celsus lib.
1. cap. 4.

^f Libro 3.
Chron. 7.

^g Lib. 3. c. 23.

dis eam ex usu esse judicaverint; at nimis exugit humiditates, atque exiccat. ob idque merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duodecim stadiorum spatium gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimendo, secundum Ætii sententiam, strenue prodest: brevis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diversitatis illius opera laborem inferat, ita quoque reversionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Cælio non sine ratione epilepticis damnatur; cujus rei causa ambulatio quoque circularis merito improbanda est, utpote quæ caput vertiginosum reddat, & oculis vehementer noceat. ^a Cassius medicus antiquus in li- ^a Probl 38. bello problematum, quem Græca lingua conscripsit, causam indagans, ob quam motus recto tramite facti vertiginem non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime distensionem materiæ impediunt, circulares vero eam fieri non sinunt, quod aër vehementius illis prohibeat; ad hæc materiæ intus agitantur, quemadmodum & foris, ubi circumlatæ, neque foras prodire valentes motum in capite vertiginosum afficiunt. sicuti namque icterici omnes externos saporos amaros sentiunt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos judicant, similiter in circularibus motibus, cum in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri videntur, sicque vertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quæ cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodum scriptum est ab Antyllo, capiti male affecto conveniunt, itemque thoraci humidiori, utero convulso, purgationi suppressæ, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quæ vero extremis digitis obeuntur, eas observatum fuit, proprie lippientibus, & alvo suppressæ utiles esse. Quæ vero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper prædictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atque hæc de speciebus ab ipso motu desumptis.

CAPVT XII.

Iterum de deambulationum qualitatibus.

INter deambulationum species, quæ à loco accipiuntur, illæ, quæ fiunt in montibus, aut adscendendo, aut descendendo exercentur, si fiant adscendendo, valde profecto universum corpus fatigatur, quoniam referente ^a Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab iis, quæ primum moventur instrumentis, reliqua corporis membra universa. scribit ^b Aristoteles *ambulationes per acclivia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem provocare, quam per declivia, nec non spiritum proficere; quoniam gravi cuique, ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam.* itaque caloris natura, quæ nostra provehit corpora, ut nihil per declive laborat, sic per acclive pressa onere nititur. aciusque ob ejusmodi motum incalescit & sudorem movet, & spiritum proficit, cum etiam corporis varius inflexus non nihil afferre causæ possit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & præsertim ante cibum confert, majorumque exercitationum vicem nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consuevisse ipsum adscendendo deambulare, atque inter ambulandum orationes pronunciare, quod sic productæ spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim vero genibus infirmis eadem valde adversatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dum adscendimus, nos corpus sursum jactare, distentionemque corporis & genuum movere; ad hæc genua ipsa, quæ secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturam flecti retro, ob idque magnopere dolere atque laborare. Ex altera parte ambulatio declivis, quæ descendendo obitur, magis altera à capite ad inferiores partes trahit; at femora invalida non parum lædit, nimirum quæ ex ejusdem ^c Aristotelis sententia in hoc motu contra Naturæ inclinationem ante aguntur, quasi que movendo crura universi corporis pondus sustinent, & proinde vehementer fatigantur. Ambulationes, quæ tum adscenden-

^a 2. de tuend.
valet. cap. 9.

^b 2. partic.
prob. 38.

^c 5. partic.
prob.

dendo, tum descendendo peraguntur, à ^a Cornelio Celfo comprobantur, eo quod ita varietate quadam corpus universum moveatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quæ vero fiunt in viis planis, & æqualibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam servant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturæ, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus æqualiter constituendum magis accommodatæ sunt, quam factæ in inæqualibus. At deambulationes per inæquales vias factæ non modo minus fatigant, verum etiam utiles iis sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc ^b Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quæ in viis peraguntur, minori cum labore fieri scripsit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere voluit Acumenus medicus apud Platonem in Phædro, ubi ambulationem in viis, ambulationi in cursibus præposuit, de quo supra latius disputavimus. neque aliud intellexit Ischomachus apud ^c Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum servum cum equo sequebatur, ambulationi in xyftis factæ prætulit. in his tamen determinandis valde refert, numquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant in pratis, blandissimæ proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentant, nihil commovent, at eas caput implere, tum propter odoris suavitatem, tum propter humiditatem, quæ illis inhæret, auctor est Antyllus. Factæ in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est vehementissimæ exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasque; cujus gratia Augustus dum *coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene valeret, immo sæpe ea parte claudicaret*, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum ^d Suetonii interpretari debere censeo. ubi cum *arenarum, & arundinum remedio usum* tradit, arenarum quidem, tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam, ut judicavi, coxam; arundinum, ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. CLX. Ad materiam subinde, è supernis ad infernas partes deducendam, eamque dissipandam

^b Oribasius
lib. 6. colicæ.
cap. 21.

^c In Oecon.

^d In vita Augusti. cap. 80.

poten-

^a lib. 2. chro.
cap. 1.

^b lib. 1. c. 2.

^c loco citato.

^d Lib. 5. c. 9.

^e Oribasius
loco citato.

potentissime existunt, & ideo male forsan à ^a Caelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factæ ambulationes, aut loco concluso, ut spelunca & similibus à ^b Celso, & ab aliis non admodum probantur: quandoquidem aëre libero non fruuntur, sed intemperato, vitioso, crasso, corpusque universum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod vaporum, qui è terra effluunt, sint expertes, aëremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiæ nostræ, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exadificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluvix, tempestates, aut immodici ventorum impetus, aërisque iniquitas vetabant, quo minus in aperto aëre deambulant, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quæ fiunt sub dio, omnes factis in porticu à ^c Cornelio Celso præferuntur. Ad Vitruvio quoque valde celebrantur *Hypæthræ ambulationes*, & præsertim si viridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex viridibus subtilis, & extenuatus aër, propter motionem corporis influens perlumat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Præterea cum corpus in ambulatione caleseat, humorem ex membris aër exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo, ut in hypæthris locis ab aëre humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas videntur: consuluit architectorum princeps amplissima & ornatissima sub dio hypæthrisque ambulando collocari in civitatibus ædificia. Verum enim vero apud ^e medicos subdiales hæc deambulationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi vim habent; quando circa flumina & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & præsertim stagna, ideoque non temere has omnes in epilepticis damnavit Aretæus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt præstantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant non sine damno: sed

sed si in locis avium volatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad evocandum per halitum, & ad levandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quæ deinde sub dio in locis vento minus perflatis ambulatio efficitur, valet secundum Antylli sententiam ad evocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Ætius in colicis doloribus à frigida causa ortis commendavit. sed quæ perflante vento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque lædit, at vires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur ^a Cælius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub dio pro modo virium adhibendas consulebat; si sub austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, alvum molliat, atque ad dissolvendum valet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quæ in vento fiunt, præstat: non enim habet insuavitates boreæ, quin potius mansuetudo simul atque jucunditas sunt conjunctæ. Quæ in Apeliote fit, mala est, & ferit, atque ita se habent ambulationes subdiales in ventis peractæ. Sequuntur, quæ fiunt, vel in sole, vel in umbra: qua in re auctores diversa sentire reperio. ^b Cornelius Celsus, *si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quam parietes, aut viridaria efficiunt, quam quæ tecto subest.* Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, veluti quæ effundat, caput impleat, atque inæqualitates gignat. quam sententiam non auderem alteri præponere, nisi & ratio, & veterum medicorum, præsertimque Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quæ, si calida & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur; & demum quæcumque sint, semper offendantur, modo vel rustici, vel alii sub sole vivere assueti non sint. Quod probe cognoscens ^c Hippocrates sive Polybus ad evitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam vetat. Atqui non illud tacendum esse duco, *semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare; & ambulare velociter, quam segniter;* sicuti præceptum fuit ab ^d Hippocrate in libro de salubri diætâ. cuius

^a Lib. 3. chrol.
cap. 2.

^b Lib. 2. c. 2.

^c In 2. de
morb.

^d 5. partic.
prob. 36.

^a 5. partic.
Prob. 36.

^b 3. Sympo.
prob. 1.

rei hanc attulit rationem ^a Aristoteles, quod *cum flamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum* (dicebat is) *vaporem quandam tepidum de se continuo mittit, qui proximum, & ambientem aërem tepefacit, unde aër postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole movetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra* (dicebat Celsus) *quam parietes, aut viridaria efficiunt, quam quæ tecto subest: quoniam aër assidua quadam, & blanda ventilatione salubrior redditur. qui aër quoniam interdum ab arboribus noxiis infici, & corpora deinde contaminare consuevit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit* ^b Plutarchus, propterea hujuscemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusæ vitentur, quoniam si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque hujus eam Laitus apud Plutarchum in natural. quæstion. attulit rationem, quod *ros corporibus illabens ipsa mordeat, atque excoriet, vel potius, quod à rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quadam noxia inde corporibus affusa inhereat, quæ partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori vim colliquativam* (τμητικόν, non δυνάμειον, & re ipsa, & vetusto codice permotus legendum puto) *inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres ex manifesto declarant, quæ alioquin obesæ dum tenuibus vestimentis aut laneis rori colligendo operam navant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub iis umbris ambulare, quas epilepticis probavit Aretæus, & vertiginosis; sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentam, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu cæli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio levat, per halitum evocat, attenuat, bonam respirationem, & movendi facilitatem parat: dum vero nubibus obtegatur, gravitatem affert, per halitum non evocat, tandemque caput implet. De ambulationibus faciendis, vel hyeme, vel æstate, vel alio tempore, diximus in libro c quarto, ubi tem-*

^c Cap. 11.

pus

pus exercitationibus accommodatum definivimus; superest tantum illud adnectere, *ambulationes quælibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum vespere*: quandoquidem matutina *alvum emollit*, si credimus Antyllo, *segnitiem à somno contractam dissolvit, spiritusque attenuat, calorem auget, & appetitum excitat*: quinimo ^a Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis convenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animæ meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, necnon partes circa caput leves, agiles, ac promptas reddere, & alvum solvere confirmat. vespertina vero ad somnum hominem præparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, od idque jure accusatur Serapion à ^b Cælio, quod epilepticos imperaret circa vesperam ambulare, ac rursus conquiescere, & deambulationem repetere. *Post cibum diximus exiguum ambulationem affuetis convenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum ventriculi descendit cibus*: illis pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambulationem commendavit, ^c Galenus, secutus fortasse in hoc ^d Aretæum, qui in vetusto capitis dolore eandem in usu habendam voluit, quamquam secundo de compos. medicam. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, velit, neque multum comedendum, neque statim à cibo deambulandum. In reliquis quo modo conveniat, non video; & propterea Dioclem medicum antiquissimum & clarissimum satis mirari non possum, quod phthysicos deambulatione post prandia vexandos esse voluerit, quæ sicuti concoctionem ciborum inturbat, ita multos ad caput vapores efferri, atque ibi in humiditatem conversos ad pectus & pulmonem diffuere facit, quo nihil phthysicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod licet ^e Hippocrates hujuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: alvum tamen, corpus, & ventrem siccare confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quæ in hujusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomniis Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsân aliquis iis, quæ ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, jam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quintus.

^a 2. de diet. circa finem.

^b lib. 1. chro. cap. 4.

^c 6. de tuend. valet. cap. 7.
^d lib. 1. curat. chron. cap. 2.

^e 2. de diet.

H I E R O N Y M I
M E R C V R I A L I S
D E
A R T E G Y M N A S T I C A
L I B E R S E X T V S.

C A P V T I.

Quos Erectum stare effectus pariat.

^a 6. collect.
cap. 2.

^b Lib. de pas.
renum.

^c Satyr. 6.
vers. 396.

EOs, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstravimus, hanc rem amplius in disputationem revocare prorsus ridiculum foret, proinde, quot modis hæc exercitatio varietur, quosque quæque pariat effectus, declarabo. Quod etenim hæc exercitatio privatim dorsi partes afficiat, ^a Averroës, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile à natura, vel casu sortiti sunt, summo studio id exercitationis genus evitare debent, nempe quod, ut sæpius diximus, majorem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, vel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cavendum esse, censuit ^b Rufus Ephesius. debent quoque hujusmodi exercitationem averfari, quos vel herniæ labor sollicitat, vel in cruribus, aut scroto varices dilatantur, vel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de causa oriuntur. quam sententiam nisi medicorum auctoritas confirmasset, veram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quæ scilicet ostendit, in stantibus graves humores citra difficultatem proruere, eosque modo hernias, modo varices, modo ulcera generare, fovere, & augere: nam quod varices generentur, etiam ^c Juvenalis poeta cogno-

cognovit, qui cum quandam mulierem Janum rogantem de amici victoria futura derideret, volens significare ob importunas mulierum petitiones haruspicem, si cunctis inservisset, stando, (sic quisque haruspex pro aliis rogabat Deum) non parum laboraturum, ait:

—— *varicosus fiet haruspex.*

“Marium quoque scimus omnes, laboriosum virum extitisse, ob quod si quis dicat, ei varices, quibus afflictabatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, cum minus erraturum existimarem. Verum enim vero, & in hac exercitatione non paucae diversitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs varias quasi species efficere videntur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum, aut à cibo, quis stando, & vel pauco tempore, vel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae, quoniam *vel in sole, vel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur.* A situ demum evariantur standi genera, quando *vel uno pede, vel ambobus, & vel iis totis, & planis, vel extremitatibus eorum, calcibus scilicet, & summis digitis stamus.* Ante cibum stare ventriculi excrementis inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adjuvat, ventrem emollit, urinam provocat, crura & pedes corroborat, & si quando deambulationi vacare non concedatur, illius vices supplere potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur vapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius caput à fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam similis exercitatio habet, ut nonnulli boves, & cetera animantia (quod scripsit *b* Aristoteles) minus homine rursare, minusque catarrhis vexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus haud ita vapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt. Quia item ratione eos omnes damnare vehementer soleo, qui, si alto capite dormiant, minus à catarrhis se vexatum iri putant, cum potius contrarium eveniat, ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris membris aequali capitis situ dormiunt, vel aliter jacent, minus à vaporibus capite tententur, minusque à capite ad pectus humores defluant. Quamvis secus judicandum sit, ubi

a Plut. in
ejus vita.

b Petrus Ap-
ponensis
10 partic.
prob. 1.

quis ventriculi in conficiendo cibum debilitate vexatur. Quo in casu Posidonius apud Ætium magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput altiori situ contineatur, quo cibus magis in ventriculi fundo accommodetur, & ob nutrimentum minori molestia coquatur. Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum stant: stare etenim paucum tempore exiguum quid prodesse, neque multum obesse potest. Qui porro communi illo effatu, *Prandia post stabis*, inducti, post sumptos cibos stare delectantur, ii scire debent, si mediocri quodam tempore stetur, descensui ciborum in ventriculi fundum id insigniter cooperari, & consequenter illorum concoctionem perbelle adjuvare, nec alioqui ullam effatu dignam læsionem afferre: verum si multo tempore ita quis permanserit, præter molestiam, qua ob ciborum interdum pondus, præter lassitudinem, qua ex labore afficitur, varias item offensiones subire cogitur. Primo namque major vaporum copia superiorem corporis regionem impetit, major humorum multitudo ad inferiora præcipitat, atque inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque spirationem universam non parum labefactat, uti ex difficultate spirandi tunc apparente facile quisque cognoscere valet: postremo renes, atque vesicam, & totam mingendi actionem vitiant, quando videlicet crudi humores ex simili situ ad eas partes deferuntur, renesque & lumbi vehementer incalescunt, debilitanturque. ut non temere videatur præcepisse ^a Rufus Ephesius, *ne quis ulceribus renum laborans, etiamsi morbus inclinare cepisset, staret*. Statio in umbra semper aliquibus ex prædictis differentiis adnectitur, ut sit multa, vel pauca, vel à cibo, vel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbræ ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia sæpe numero umbra, vel est locorum conclusorum frigidorum, atque humidorum; vel noxiarum arborum, vel alterius perniciosæ rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stantibus sub sole in hunc modum determinandum esse iudico, quod scilicet stare sub sole in æstate summopere calefacit. immo sententia est Ari-

^a Lib. de affectionibus renum.

^a Aristotelis, *cum stamus in sole nos magis deuri, quam dum movemur*, etsi per se motus ipse quoque calefacere valeat, quod alias fusius explicavimus. Si igitur ita est, rationi consentaneum efficitur, juvamentum insigne valde frigefactis corporibus inde accedere, veluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id à ^b Cælio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio prætermittantur ea, quæ apud Ætium ex Antylli sententia leguntur, insolatione scilicet variis modis antiquos usos fuisse, alias cum unctiōe, alias sine unctiōe, modo sedendo, modo jacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo : de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert : unde sæpenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus ^c Plinius major, *non modo purgato corpore, verum etiam post cibum in æstate sub sole maneret, ac deinde in frigida lavaretur* : de hac etenim locutos fuisse medicinæ ^d auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni : Nam si antea quam corpora soli exponantur, opportune exinaniantur, aut sine unctiōe, aut cum unctiōe fieri potest : si fiat citra unctiōem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius, atque impassibilius reddat, & ob id merito in epilepsia curanda à ^e Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata : sicut item in ea insanix specie juvare creditur, quæ à frigida intemperie ortum ducit : præterea occultas diffinitiones auget, sudores elicit, carnem conservat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & præsertim hydropica deprimat : neque tamen ipsa noxis suis caret, quandoquidem mora quævis sub sole bilem auget, & consequenter iis, quibus calor natura mordax est, valde adversatur, ut à ^f Galeno scriptum est, spiritumque crassiozem, densioremve efficiens, asthma, & orthopnoeam exacerbat. Ceterum si absque unctiōe insolatio adhibeatur, in ceteris eodem effectus parit, nisi quod corpus exiccat magis, tanquam pingui illo adusto, & subinde majori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem

instar

^a 5 sectio.
prob. 36.

^b Lib. 3. c. 3.

^c Plin. nepos.
lib. 3. epist. 5.

^d Galenus de
causis morb.

^e Cæl. lib. 1.
c. 4. & 5.

^f 6. epid. con.
1. aph. 10. &
2. de tuend.
valet. cap. 12.

^a Lib. 1. ser.
3. cap. 32.

^b 2. partic.
ptob. 39.

^c lib. de causis
morb.

instar cauterii cujusdam densas minus per insensibilem transpirationem excrementa divaporari facit. qua ratione hujusmodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab ^a Ætio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animadversione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, prætegi pannis capita voluisse opinor, quoniam, præter Cæli auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, valde offendi, nempe quæ supra modum calefacta vapores à toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & præ ceteris catarrhos ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, evenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit ^b Aristoteles, induta corpora à sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radiis minus feriantur. atque hoc totum à ^c Galeno significatum credo, ubi dixit, *eos, qui nudi sub sole manent, universum corpus calefacere, qui vero induti, caput solum*: nam demonstratum est à nobis libro tertio, majores nostros nunquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum valde incallescere dixit. Alterum animadversione dignum est, quod, sicuti sedentes & stantes sub sole vehementius incallescere, sive potius deuri experientia constat, quam ambulantes & currentes: pariter & ceteras prædictas affectiones, tam bonas, quam malas facilius recipiunt. Atque hæc universa à nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur, stare namque calcibus innixos non modo laborem ac molestiam inducit, verumetiam nullum juvamentum effatu dignum præstare creditur: quemadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, præter fatigationem illico succedentem, partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & præsertim quando quis eo frequenter utatur; hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere videntur, ut longius multis aliis prospectare valeant, cujus gratia ab antiquis *speculator*, sive *συνωψ* pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbellæ formam superciliis admoventis, ut Æschylus in Theoris meminit.

CAPUT II.

De pugnarum effectibus.

Pugnarum, quæ majoribus nostris ad valetudinem inservierunt, quæque etiam temporibus nostris inserviendi similiter facultatem obtinent, *aliæ sunt cum armis fictis, neque incidentibus, vel pungentibus adversus hominem, aliæ adversus columnam, aut palum, aliæ adversus umbram.* atque omnes vel fieri possunt à pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliæ ab armatis. Armorum pugnam adversus hominem, vel columnam inter magnas exercitationes reposuit ^a Galenus, quem imitatus ^b Averroës inter Arabas non infimus dixit, *certainamen cum ensibus factum esse ex velocibus, atque fortibus exercitiis.* quæ omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit ^c Galenus, qui similiter certare adversus umbram (*σινιαμαχεν* dicunt Græci,) celerem citra robur exercitationem esse judicavit, ut ^d Avicenna quoque, & Paullus post ipsum censere visi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armorum tam adversus homines, quam adversus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuperantem carnem suppressit: & proinde à ^e Calio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & vertigini obnoxia non parum labefactat. renibus item laborantes hujusmodi exercitationem fugere præcepit ^f Galenus. *σινιαμαχα* porro, sive adversus umbram certatio corpora tenuat, carnes & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus convenire supra monstravimus, proprie autem secundum ^g Galenum brachiorum atque manuum exercitatio existit: præterea valet, si ^h Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad nervorum imbecillitatem & tremorem corrigendum. est etiam utilis vitis, quæ thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & præsertim

^a 6 epid. con.
1. Apho. 6.
^b 6 coll. c. 2.

^c 2. de tuend.
valet. c. 8. 10.

^d lib. 1. fen. 3.
doc. 2. c. 2.

^e lib. 1. chro.
cap. ult.

^f 6. Epid. con.
1. aph. 5.

^g 2. de tuend.
valet. c. 10.

^h 6. coll. d.
acud Oribasium
cap. 21.

^a 2. libro,
prob. 120.

^b Loco citato.

^c 2. de tuend.
valet. cap. 10.

in iis, qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, verum etiam cruribus, interdum tanquam salientes, interdum vero tanquam calcibus cædentes. Ad eadem omnia similiter valet pugna adversus palum effecta, quæ tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachiis majorem vim infert, quam aërem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam adversus hominem pugnantem initam, magis exercere, & vim majorem corporibus inferre, quam istam: quoniam, ut ab ^a Alexandro perbelle significatum est, *athleta, si obnitatur antagonista, fortitudinem ejus auget; sin cedat, neque reluctetur, robur ejusdem resolvit*. Atqui ea pugna, quæ corporibus pugnantium armatis exercetur, inter vehementes exercitationes collocanda est, quæ, cum robusta & valida corpora efficere debeant, jure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, sive *armatum pugnare* corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neque ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab ^b Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius & ad carnem suscipiendam reddi, verumtamen propriam atque maximam ejus pollicitationem existere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam spiritus expulsionem ferre possint: facit autem hujusmodi pugna carnem laxam & mollem, nec non capiti admodum noxia est, præsertim quando galea plus æquo obtegatur, cujus pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari volo: *ὀπλομαχίαν* sive *armata pugnae exercitationem*, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, *ὀπλιτοπύλη* ab Æschylo vocata, quandoquidem hæc tamquam luctæ species armis in manibus nullo modo utebatur; sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati invicem luctabantur, cujus luctationis arbitror volutationem illam armatam, sive celerem agitationem, quam ^c Galenus in numero vehementium exercitationum reposuit, speciem quandam extitisse. An vero de hac armata pugnae specie intellexerit Cælius Aurelianus, quando in curanda poly-

lysar-

lyfarchia post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum *hoplomachia*, hoc est armorum ficta conflictio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, etsi nomen Græcum hanc ipsam significare videatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt, eum de pugna illa sermonem facere, quæ nudato ab armis corpore exercetur, quæque ad diminuendam carnem à nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus judicaverit. De gladiatoria pugna non videtur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea, quod cum armis incidentibus ac pungentibus antiquitus ageretur, vel in lethalia vulnera, vel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non videre arbitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendæve sanitati opem afferre valeat: ea enim est, quæ hodie apud multas Christianorum nationes sub *duelli* nomine non sine magna civitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namque non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum hujusce temporis referat, præter multa in quarto libro à nobis declarata, hoc item attestari videtur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriæ cujusdam inanis gratia, tum præmiorum spe, sed fere semper vi quadam, utpote vel ad supplicium condemnati, vel in id empti, atque edocti ad certamen, ducebantur: isti vero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris vana quadam, & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, videantque id quod Barbari fere nulli agunt tanto minus Christianos decere: sic profecto & multæ urbes, quæ ob hoc intestinis & sævissimis dissensionibus exagitantur, ad

^a lib. 3. c. 23.
^b lib. de comp.
 cap. 18
^c lib. 28. c. 1.

meliozem statum revocarentur, & multorum animabus corporibusque melius confuleretur. At ne longius à proposito nostra divagetur oratio, hæc sufficient, si illud addidero, quod ^a Celsus, ^b Scribonius, ^c Plinius, Aretæus, atque alii plurimi referunt, ab antiquis scilicet creditum fuisse, *gladiatoris jugulati sanguinem epotum juvare epilepticos*. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare volui.

CAPVT III.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.

^d 2. de tuend.
 valet. cap. 8.

^e 2. de tuend.
 valet. c. 10.
^f lib. 3. c. 3.
^g lib. 1. c. 17.
^h lib. 1. fen. 3.
 doc. 2. c. 2.
ⁱ 2. de diætâ
 circa finem.

^k loco citato.

^l lib. 4. cap. 4.

^m Loco citato.

Multa apud antiquos extiterunt exercitationum genera, quæ quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inveniuntur: inter hæc autem primo sese offert τὸ ἀκροχερρίζεσθαι, vel *manibus summis concertare*, quod, sive luctæ species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, sive separata quædam exercitatio, ut ^d Galenus censuisse videtur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes adnumerans acrochirismum nominat, facitque manifeste à lucta diversum, constat ipsam apud ^e Galenum, ^f Ætium, ^g Paulum, & ^b Avicennam inter veloces sine robore exercitationes locum obtinuisse, & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detrahendi facultatem possidere, ut apposite insinuare visus est ⁱ Hippocrates, apud quem legitur *acrochirismum attenuare, & carnes sursum trahere*, proprie vero manus atque brachia secundum ^k Galenum in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conveniat, quibus has partes corroborare in animo est, sicut iis valde nocet, quorum chiragra, vel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc locutum esse ^l Celsum quis credere potest, ubi in iis qui ab arida tussi exagitantur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλεθρίζειν, id est, *ecplethrissare*, à ^m Galeno inter exercitationes citra robur & violentiam celeres recensetur. Avicenna autem illud ex fortioribus esse dicit, nisi velimus ipsum in comparatione ad debilia loqui, quemadmodum ex verbis ejus videtur:

tur : alioqui & veritati ipsi, & Galeno, à quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis, quibus celeres confecerunt : sed peculiariter crura & pedes exercet : thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male vexatur, valde obesse reor, haud secus atque capitibus male affectis vehementer nocere credo, utpote quæ ex jugibus illis reversionibus, quasque circuituionibus facillime tum vertiginosas, tum apoplecticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exercitationum censu est, & *πυλίσεν* sive *pitylissare*, aut *pitylisma*, ut placuit ^a Politiano. quod quamquam à Galeno, atque Avicenna inter veloces citra violentiam adnumeretur, mea tamen sententia haud prorsus vehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum extremitates, necnon velox manuum modo antrorsum, modo retrorsum agitatio haudquamquam sine musculorum intentione, & proinde sine vi, aut robore quodam peragi possit. Vnde in hujuscemodi exercitatione obeunda vehementer incallescere corpora affirmare non dubito. Ad hæc motus iste brachia insigniter exercet. sed eos, qui capite sunt imbecilli magnopere labefactat : pedes etiam podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego vero peculiarem illius usum extitisse autumo, quando post longam brachiorum valetudinem, torporemve, ea moribus undequaque faciendis assuefacere, nec non à torpore liberare in animo habebant. Sunt præterea à ^b Galeno nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab ^c Avicenna comprobata, quæ, quod aliqua ex parte valetudini, & corporis habitui conferant, omnino prætermittere nolui : nam si quis alteri jubeat, ut se violenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, verum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum convellere se, movereque de loco volenti permitteret, utque vehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leve ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor ^d Cælium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda voluit ita affectos alienis laboribus, hoc est colluctantium, vel exercentium, quam Græci *haterocopiam*,

^a In Miscel.
cap. 38.

^b 2. de tuend.
valet. cap. 9.
^c loco citato.

^d Lib. 5. chro.
cap. ult.

vel trachelismum vocant, exerceri, verumtamen illis maxime verenda est talis exercitatio, qui vel pectore, vel dorso, vel capite non admodum valent. Pari etiam pacto si quis (vt Milo factitabat) convellere se, movereque de loco volenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisque fortitudinem acquireret, si pugnum alicui aperiendum, vel malum punicum, aut tale quippiam manibus complexus auferendum præbeat: quod tamen arthritidi, aut chiragræ obnoxiiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus digitisque pectinatim junctis, aut quem complectitur absolvere se jubeat, aut ipse se à complectente solvat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne viscera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum dissolutio quæritur. Ita etiam si quis alterum, qui versus ipsum se inclinet à latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum invicem protendat, reducatque; ac magis, si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam universam corroborabit, lumbos tamen atque renes debiles habentibus nocebit. Æque vero qui pectoribus ex adverso innixi magno se conatu invicem retrudunt, & qui à cervicibus pendentes deorsum trahunt, vehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori universo comparant: at periculum subeunt, ne thoracis vasa aliqua rumpantur ipsis, neve aut caput, aut collum male afficiant. Hæc itaque omnia tametsi apud veteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & præsertim nobilibus, ac illis qui non sine suavitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus avertere nolo.

CAPVT IV.

De spiritus cohibitionis facultatibus.

Detentionem spiritus speciem quandam exercitationis esse, cum abunde in libro ^a tertio demonstraverimus, id ^a Cap. 6. amplius repetere non est opus : illud dumtaxat adjungam non facile reperiri, in quam differentia locata fuerit, nisi quod animadvertentes nos in hujuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis valenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut ^b Aristoteles, ^b 2. partic. & ^c Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine vehementia judicare possumus : & propter hoc jure ab Hippocrate dictum fuit, *spiritus detentionem meatus disparare*, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. ^c 2. de dieta.
 A ^d Galeno similiter, & ab ^e Avicenna scriptum est, *retentionem spiritus membra spiritalia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cavitates ampliores reddere*. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem valeat, clare constat : quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque si amplius trusus propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati jam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina vehementiore spiritus inflatu expurgare : quandoquidem is quanto ulterius per vim coactus impellitur, tantum ab ipso quædam impelluntur, quædam trahuntur : nam trudentur quæ ante occurrunt, attrahuntur quæ ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. Quod vero ex retento spiritu cavitates evadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aëre impleto, & deinceps supremo laryngis osculo lingulae opera clauso, necnon musculis toto thorace pressò, necessum est aërem compressum undique meatibus corporis universis inferi, sicque intrusum eos undequaque dilatare, modo inferiores, dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cavitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur.

^d 3. de tuend.
valet. cap. 2. &
in lib. artis
med. cap 87.
^e Lib. 1. fen.
3 doc. 2. c. 2.

^a In convivio.

^b 2. partic.

Problem. 5.

^c lib. de med.

fac. par. &

libro. 2. de

symp. caus.

dantur, ipsæque atque etiam aliæ interiores calorem concipiunt, cujus merito frigida affectiones, & præsertim inflationes remouentur. ut non temere ^a Plato sub persona Erysimachi medici, necnon ^b Aristoteles memoriæ prodiderint, *spiritum cohibitum à singultu liberare*. quorum placita secutus ^c Galenus ab eodem non solum singultum, verum etiam tussim à frigida instrumentorum respirationis intemperie contractam extingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adæquentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam venire debeamus, talem exercitationem omnibus illis convenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obfessa gerunt, quique expulsionem quascunque corporis aut tardas, aut vitiatas habent. quemadmodum oscitationes, & pandiculationes calido flatu dissipante huiusmodi spiritus retentionem solvere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 11. & VI. Epid. *longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium*. In resolutione linguæ exerceri spiritu retento probavit Celsus, sicut & Ætius in omni vocalis instrumenti resolutione: vim namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & præcipue pueri, qui sive plorando, sive ridendo, sive alio pacto spirationem contineant, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo mucos, & à naribus, & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quæ ad partus expulsionem faciliorem & celeriore reddendam parturientes spiritum continere præcipiunt. in quo tamen ipsas sæpe errare scribit ^d Ætius, quando ex nimia huiusmodi spiritus cohibitione aneurismata, sive arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Avenzoar testatus est. Dicebat ^e Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam movet, quo cum careant retinentes illam, melius voces percipiunt: quamvis Cassius Medicus aliter sentire videatur. Extat item ^f Plinii auctoritas, quod everfos scandentesque ac jacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singula-

ris

^d de trab. 4.
ser 3. c. 10.

^e 11 part.
probl. 48.

^f lib. 27. c. 6.

ris præsidii est. Si igitur à spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane ^a Cælius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem præstare scriptum reliquit. Neque tamen huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cujus sententia à Galeno certe explosa fuit. Ego vero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspiciamus dum spiritus retinetur, venas atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ad universum vultum contrahere majorem ruborem, tandemque caput totum compati : quæ omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut Dioclem tota via aberrasse pro certo teneam, dum *spiritum retentum in epilepsia curanda præsidium asserre* dixit : sicut ^b Cælium laudo, qui in ejusdem affectus curatione spiritus retentionem vitari debere voluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque rejectione talem exercitationem à ^c methodicis damnatam invenio, quibus assentiri cogor : propterea quod tum à calore in pectoris cavca genito, tum ex vasorum inflatione, distensioneque facillime debilia & relaxata vasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui vel hernias, vel crepaturas patiuntur, aut peritonæum atque intestina exilia & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hæ partes in actione ista vehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustæ sint, citra multum laborem divelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus iis peritonæum scrotumve dirumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, vix sanabiles hernias pariunt : quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, sæpenumero solet evenire, & præsertim quando illi *πύδα ἐπέειν*, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac VI. Epid. com. IV. tex. XXI V. & de quo nos *in variis lectionibus* egimus, ac plure adhuc dicemus, cum iterum librum cum recognitum atque auctum prope-

^a lib. chroi. 3.
cap. I. & 2.
lib. 4. cap. 7.

^b lib. 1. cap. 4.

^c Cæl. lib. 2.
cap. 23.

diem dabimus) siue edictum facere volunt. Vna seruat ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin prædicta incommoda sequantur.

CAPVT V.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de Vociferatione, & Cantu.

Vocis multas, sed unam præcipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam Græci *τῶ ἀναφωνήσιν*, Latini *vociferationem* appellarunt, nos vero, plenior totius huius rei notitiam tradere cupientes, vocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, *vociferationem* scilicet, *cantum*, *lectionem*, *sermonem*, *risum*, atque *fletum*. quorum omnium natura perspecta nihil remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi valeat. Ergo prima vociferationibus, quæcumque sint illæ, adscripta ab ^a Antyllo, ^b Plutarcho, ^c Paulo, ^d Ætio, & ^e Avicenna condicio est, quod thoracem, atque vocalia instrumenta perbelle exercent. dicebat ^f Averroës *pulmonem proprie à vocis exercitio respici.* subinde naturalem calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensæ minime obnoxias reddit. addebat Avicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augmentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicque ex ea collisione & attritione calor excitatur; purgat vero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu vocalium instrumentorum humiditates internæ consumuntur, quod evidentissime declarat densus vapor ex ore vociferantium prodiens, & superfluitates vetustiorum humorum unicuique meatui adhærentium, quæ excernuntur non solum in prædictis vociferationibus, sed etiam aliis pluribus modis. Jam vero firmatur calor, & attenuatur; quoniam vasa absterguntur, multi humores, ut
sputa,

^a Oribasius

lib. 6. c. 8.

^b lib. de tuend. sanitate.

^c lib. 1. c. 29.

^d lib. 3. c. 5.

^e lib. 1. fen. 3.

doc. 2. cap. 2.

^f 6. collect.

cap. 2.

spūta, muci, & pituitæ consumuntur, quæ sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, validioremque relinquunt, & hinc postea solidis partibus majus robur, maiorque impassibilitas succrescit. Si itaque hæc ita se habent, rationi consentaneum est, iis, qui humiditate occupatas interiores partes, quique universum corporis habitum frigefactum habent, vociferationem generosum præsidium existere. quemadmodum istis prædictis rationibus eam ab Antyllo, Cælio Aureliano, & Ætio commendatam scimus stomachicis, vomentibus, acidum ructantibus, ægre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phthisicis, diuturno pectoris aut septi dolore vexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus prægnantibus, pica obsessis, aut secundum ^a Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanariis, pituitosis, convalescentibus fere omnibus. Sic Galenus VI I I. de med. local. capit. IV. stomacho laborantibus, unctiones, exercitia, & vociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretæi medici antiqui & præstantissimi sententia, quod in elephantiticis ἀναφώνησις τῆ πνύματος γυμνάσιον τὸ καίριόν ἐστι, necnon etiam in celiacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucæ factæ, necnon instrumentis voci deservientibus resolutis, atque etiam malo corporis habitui, qui à Græcis καχεξία dicitur, eandem conducere credidit Ætius: quin, si vox vel ex morbo, vel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam vero vox laborat, partim propter nimiam & longam loquelam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentium, quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quæ dicta sunt, vociferationis usus sit utilis, cum longam loquelam dissolvat, & noxæ quæ, ex clamoris magnitudine contracta est, placida & quieta imminutione medeatur, acumini vero occurrat, graviores sonos inspergendo. ceterum qui ex silentio oritur, quamvis non propriæ vocis sit labor, tamen cum vocis labore proportionem quandam gerit. quocirca ad eum quoque vociferatio est utilis, quæ vocem

^a Alexan. I.
prob. 87.

exerceat, quemadmodum si vocalia instrumenta defessa sint, totumque corpus suum tenorem non seruet, aut lassitudine obfideatur: vocis namque exercitationem à cena factam dicebat ^a Hippocrates, post carnis à laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis evacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hætenus à me enarrata, de vociferatione mediocri, ac arte, quam libro ^b tertio explicavimus, facta intelligantur, quæ capitis affectionibus non est idonea, utpote nescio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instrumenta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod ^c Cælius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter addidit, *si ferre valeat ager*. Nam ea vociferatio, quæ vehementius peragitur, & interdum ἀναύδησις, ab ^d Aretæo φωνασική vocatur, uno prope verbo dicta est ab Hippocrate *affligere*, sive λυπεῖν, hæc præterquam quod caput plenum, & magis grave reddit, ut testantur ^e Aretæus, & ^f Galenus, mirum etiam in modum ex ejus sententia vocem oblædit, necnon venas rumpi facit. ut hac ratione ^g Cælius exclamationem tamquam partes patientes vehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, ^b Pliniusque nepos jure conquestus sit, quod Zosimus ejus libertus, dum voci reparandæ studeret, rursum vena reclusa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretæus stomachicis curandis, & Ætius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animadverterunt, vociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac præsertim iis, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim iis uti quisquam debet pravorum, corruptorumque humorum copia præsentem: quin etiam vox non est exercenda, si magnis & evidentibus cruditatibus stomachus vexetur, ne ex actione inspirationis & expirationis, quæ firmior & citatior facta sit, dum vox in magnitudinem & multitudinem accrevit, vapores corrupti largius per corpus distribuantur. Propterea monebat ⁱ Aretæus, vocem leniter exerceri, & gravibus vocibus utentem sonum edere, quod acutæ voces capitis distentiones, temporum palpitaciones, cerebri pulsationes, oculorum inflationes, auriumque tintus

^a 2. de diæta.

^b Cap. 7.

^c Lib. 1. chro. cap. 7.

^d Lib. 2. cur. chron. cap. 6. & in lib. de præceptionibus in fine.

^e In lib. de instr. odoratus. ^f 7. de compos. medic. sec. loc. cap. 1.

^g 4. de loc. aff. &.

^b Lib. 5. epist. epist. 19.

ⁱ 1. cur. chro. cap. 2.

nitus efficiunt, mediocriter autem vox edita capiti prodest: cavendum est quoque ab ejus usu post cibum, quoniam vox valde corrumpitur. unde dicebat ^a Aristoteles, histriones, choros, & hujusce generis jejuno ore vocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore fervidus effectus, inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicque vox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex ^b Plutarchi consilio, ne quis conscius sibi vel repletionis, vel immoderatæ libidinis, vel defatigationis acrius intendendo, exasperet vocem; neve nimis commotas vociferationes, & jurgiosos clamores exerceat; siquidem inæquales illæ spiritus intentiones, & impetus rupturas & convulsiones inducere solent. Post vociferationem succedit *cantus*, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta voce peragitur: ob quod etiam præter cetera voluptatem afferre potest, qua vociferatio destituitur. Nam scriptum est ab ^c Alexandro, *onera portantes, si cantant, minus modestiam sentire*, quoniam animus modulis ac numerorum suavitate demulctus ab onere avertitur, atque ita minus angitur. quæ similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod ^d Aristoteles quoque confessus est) tibias, & sonum adhiberent antiquiores, & quod ad eos, qui vel morte suorum anguntur, & moerent, vel morbo sollicitantur, homines congregari, varioque uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad verba transferat, minus rem sentit adversam. Quod intelligentes veteres, varia scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatiis modo his, modo illis exceptum ab angore sejungerent. De cantu sive vociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Ætius, atque Paulus, valetudini eam nullum juvamentum præstare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam invenio: nam ^e Cælius Aurelianus vocis exercitium, musico monitore, compositum infanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper ^f Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum invenisse *viperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi*; & ad hæc fuisse creditum à plerisque, & memoriæ mandatum, ischiadicis, cum maxime dolcant, tum si

^a Partic. problem. 21.

^b lib. de tuend. valet.

^c Lib. 1 prob. 76.

^d 19. partic. prob. 1.

^e Lib. 1. chro. cap. 5.

^f Lib. 4 c. 13.

modulis lenibus vel ipsi, vel tibicen (quod facititare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in libro XXI I. de adiutoriis confessus est: quod remedii genus à Pythagora excogitatum esse nonnulli tradiderunt: quamvis Soranus, cujus sunt libri illi tres de Acutis à Cælio Aureliano Latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, *eos mentis vanitate jactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt.* Si igitur cantus valetudini conservandæ parum confert, graviorum autem tonorum sonus utilis est, vociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aër attractus thoracem distendit, ventremque & meatus per universum corpus disseminatos aperit, dilatatve, cum in cantu mera quædam ac futilis oblectatio solummodo reperitur, quæ corpora robusta potius effeminare, non autem conservare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert ^a Plutarchus) sese cantu exercere consueverit, & non in vociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatus legunt, magis, & per sudores; qui vero mitius vocem intendunt, per occultam transpirationem. Verumtamen illud ^b Avicennæ dictum semper memoria tenere oportet, quod *magnam longo tempore efficere vocem est timorofum, quodque ex prædictis vocis exercitationibus sæpenumero hernias, aliasve crepaturas oriri contingit;* sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui vocis exercitiis operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonæum, scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime hujusce generis remediis uti facile conceditur: ut hac ratione modum in vociferando, sive cantando majorem servare necesse sit.

^a In libr. de
tuend. valet.

^b loco citato.

^c Galen. lib. 7.
de comp. med.
secundum
loc. cap. I.

CAPVT VI.

De Lectionis, Sermonis, Risus, & Fletus qualitatibus.

Lectionis à medicis ad sanitatis usum probatæ duas species inuenio, alteram *intentam*, & *concitatiorem*; alteram *remissiorem*. Lectio intenta, quam ^a Cornelius Celsus auctor elegantissimus *claram* nuncupare maluit, cum sit agitatio spiritus non leviter, nec in superficie, (ut ^b Plutarchus scribit) sed velut in ipso fonte, in ipsis visceribus valens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat venas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non finit crassescere, neque concreescere, neque facis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere à ^c Celso inter ea, quæ commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse ^d Cælius Aurelianus, & ^e Seneca; quorum ille in curando capitis dolore atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluuit: hic vero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. observandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia, ^f Cælio auctore, non minus afficiunt, quam corporis immodicæ gestationes. Juvat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam vitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidem per ipsam pituitosa excrementa suaviter attenuantur, absumunturque, & calor nativus citra ullam violentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Plinius major, dum voce atque stomacho laboraret, in eorum remedium *claram* lectionem exercuisse, auctor est illius ^g Nepos. qua pariter ratione Ætius eis, qui colicis doloribus à frigido humore genitis sollicitantur, consuluuit leniter exclament, aut concinne cum vociferatione procedendo legant. Sic ad phthisicos, atque tabescentes ea methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens ^b Avicenna dixit, *quod ad legendum suaviter est incipiendum, deinde vox ordinate exaltanda, postea cum vox fortior facta fuerit,*

^a Lib. 1. c. 2.

^b Libro de tuend. valet.

^c loco citato.

^d loco citato.

^e Epist. 78.

^f Lib. 1. chro. cap. 1.

^g Lib. 9 epist. penultima.

^b Lib. 1. fen. 3. doc. 2. cap. 2.

fuert, creuerit, & longa fuert, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuvamentum. Atque hæc

a lib. 4. cap. 4.

de intensâ ac vehementius factâ lectione, quam *a* Celsus etiam in tussi sicca laborantibus non parum utilitatis præstare censet. Ceterum quæ lenius & remissius agitur, ad eadem fere omnia valet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus quoque non improbavit. de hac autem loquens *b* Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines,

b 18. partic.
prob. 1.

ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripì, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id vapores crassi & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt, ex aduerso viros intelligentia præstantes minime, dum lætitant, dormire, eo quia intellectum firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde vigiles potius quam somnulosi evadunt. Post vociferationem, cantum, atque lectionem succedit *sermo*, sive *locutio*, quæ & ipsa vocis exercitatio est, attamen prædictis omnibus tum vehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam iis in primis accommodatur, qui præter modum ad somnum propensi sunt, quique aut præ humore melancholico, aut præ phlegmate sensus torpentes, quasque oppressos habent. tales namque à sermone perpurgantur, eorumve animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus à corpore liberentur. Pituitam porro à sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quæ partim à capite, partim à stomacho, partim à thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Jam vero sermo vim

c Cribasius
lib. 6. cap. 7.

quandam obtinet, si *c* Antyllo credamus, ut caput impleat, & gravitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusve aliis ejus affectibus sermonem interdicens dum fore, sermo præterea lippientibus, & quibus sanguis è naribus funditur, aut à pectore rejectatur, non parum nocet.

d lib. 4. cap. 4.
e 5. Method.

Quapropter *d* Cornelius Celsus, atque *e* Galenus in sanguinis rejectionibus silentium necessario requiri voluerunt; similiter linguam exiccat, sitim inducit. atque hinc sapienter *f* Hippocrates scriptis mandavit, *silere, & os continere sitim extinguere.*

f 6 Epid. sect.
3. aphor. 24.

quam .

quam sententiam explicans eruditissimus ^a Plutarchus, *non solum sitim à silentio non generari, verum nec tristitiam, nec dolorem* dixit, qui etiam multos, dum sese à loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriæ prodidit. Triennio (ait ^b Plinius) *Mæcenatem Messium accepimus silentium sibi imperavisse à convulsione reddito sanguine.* Ad hæc vires dissolvi à sermone, idque præcipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit ^c Oribasius. ut nullum amplius dubium supersit, quin, & juvandi, & nocendi valetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotve commoditates, prout is adhibetur, sæpenumero animis ingerat. quæ si persequi vellem, nimis à proposito nostro recederem, quando præfertim, & Plutarchi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, hæc cognoscere cupientibus sufficere possunt. Hactenus de articulata vocis exercitiis. Præter hæc autem duæ sunt exercitationes, quæ tametsi vocis minime propriæ videantur, & ab auctoribus ut plurimum prætermisæ sint, attamen ipsæ quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eæ sunt *risus, & fletus.* Nam risus, dum oris dilatatione, præcordiorumve titillatione interiora, & præsertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam inficiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium vultibus efflorescens caliditatis acutæ apertissimum argumentum existit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum vocasse risum *γέλωται ὁσέεσσι*, sicuti grammatici *γέλως* ab *ἐλῃ*, quæ vox *caliditatem* significat, deduci tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigida sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & à frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu verba fecisse Cælium Aurelium existimo, quando in atrophici curatione animi laxationem, *Ἀφύχυσιν* vocatam, post cibum commendavit, & quando similiter in capitis dolore adhibendam præcepit eandem, ne à mentis intentione caput impleatur. In his etenim universis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium præstat risus, nimirum qui multum aërem in pectore moveat,

^a Libr. de loquacitate in fine.

^b Lib. 28. c. 6.

^c Loco citato.

^a 11 partic
probl. 13. &
15.

veat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab ^a Aristotele, qui hac de causa ridentes graviolem vocem edere quam flentes iudicavit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere volentes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus venularum atque artiarum concursus extat, quæ titillatæ concalescunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per universum corpus diffundunt. Neque vero latere quemquam debet, *validum risum*, sicuti dixit ^b Plato, *magnam mutationem parere*, nempe de quo celebratur apud Græcos hic senarius.

^b 2. de repu.

Γέλως ἄκαρπός ἐν βροτοῖς δεινὸν κακὸν,

Id est,

Risus intempestivus inter mortales grave malum.

^c loco citat.
^d Probl. 19.
lib. 1.

Siquidem talis, præter immoderatam spirituum effusionem, præter nimiam agitationem, calefactionemve, non raro, secundum ^c Aristotelis & ^d Alexandri sententiam, vehementem resolutionem inducit: quoniam vitalis vis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis adventu: calorem etenim nativum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sursum efferri, sic per alimenti desiderium ima patere necesse est: igitur utralibet movendi ratione perempta, calor insitus interit, & vis omnis vitalis evanescit. ut non absque ratione ^e Homerus finxerit Procos risu emori,

^e Odyss. 2.
vers. 98.

—— Αὐτὸρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ

Χείρας ἀναχόμενοι γέλω ἐκθανον,

Id est,

—— tum Proci illustres

Manus extollentes risu emoriebantur:

^f Lib. 2. de
Cyri pædia.

Necnon Aglaitidas apud ^f Xenophontem dixerit, risum huiusmodi moventes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negaverit, quemadmodum interdum laxata, maxil-

maxillarum ossa, dorsumque oblæsum animadvertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudaverit, *quasi eorum corpora fluendo contracta, & contensa robustiora evadant*; ^a Ciceroque scriptum reliquerit, *athletas, cum exercebantur, ingemiscere consuevisse, ut se intenderent ad firmitatem*; exiguum tamen usum in tuenda bona valetudine habere certo scimus: pueri namque fortasse à ploratu minus offenduntur, quoniam ci à primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem venerunt, plorare incipiant; cuius causam ^b Soranus Ephesius explicavit esse; *tum quia tenuis spiritus à luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in navibus parientes mutum edunt*. quam sententiam secutus ^c Alexander medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso cælesti domicilio corpus inhabitare terrenum occœpit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quemnam ex fletu capere fructum queant, nusquam video. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat. præter ^d Aristotelem ob prædicta flentes acutiorem vocem reddere narrantem, ^e Galenus quoque attestari videtur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob vires defatigatas respirare sentit. qui item à fletu nonnunquam febres accendi perspicue testatus est. quantum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conicere faciliter possumus, quod lacrymis alⁱ humoribus oculorum (si ^f Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est, ut summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius ^g Celsus *continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit*: ne fileam quantum damnum vox recipiat, dum fauces, ac vocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperatave, eam raucam efficiunt, tussesque ac noxios catarrhos latenter concipiunt. nam & apud Cælium Aurelianum legitur, *ploratum post cibum valde stomachum labefactare*. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguum emolumentum à fletu corporibus accedere, & iccirco similem vocis exercitationem duntaxat animorum passiones, ut voluit ^h Posidonius, exaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties volunt, plorare queunt, alii pas-

^a 2. Tuscul.

^b In Isagog. cap. 17.

^c Probl. 61. lib. 1.

^d loco citato.

^e 1. de tuend. sanit. cap. 8.

^f In proli.

^g Lib. 6. cap. de cur. oc.

^h Ca'cr. 4. de pla. Hip. & Pl. cap. ult.

tionibus vacui etiam si velint nequeunt. Atque tot de vocis exercitationibus dicta sufficiant.

CAPVT VII.

De Cricilasiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus.

^a 6. collect.
cap. 26.

^b Oribasius
loco citato.

Cricilasiæ exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quæque ejus apud veteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi comper-
tum sit, nihilominus facultates ejus ab ^a Oribasio descriptas prætermittere nolo, ut si forte alter, vel ipsissimam Cricilasiam vel aliam similem exercere noverit, ejus vires minus ignoret. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab ^b Antyllo, qui etiam dixit, *Cricilasiam intentâ corpora mollire, & quæ loco stabiliri non possunt, tum revolutionibus, tum etiam figurarum corporis varietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; nervosque imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quæ de via deflexit, & atra bile agitur, ad statum suum revocare.* Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi vel eundem, trochum nostrum vocatum, vel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atque remissas collocandum esse omnes affirmant, cumque virgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, valedudinariis, atque iis, qui præ virium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, majores exercitationes obire nequeunt, in primis convenire videtur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui majoribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam æstate potius aptabitur; peculiariter visus in ipso exerceatur, brachia & crura; quæ omnia in simili motu suaviter, ac citra omnem violentiam laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur cum alvum citare, humoresque ad infimas partes detrudere, & succis ventriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim vero qui capite vertiginibus obnoxio sunt, quique podagris, aut ulceribus temporibusque crurum
folli-

sollicitari consueverunt, ab hac exercitatione abstinere debent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectiones illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos foveant, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretæus in curatione epilepsiæ solam ejus vertiginis inspectionem, quam facit instrumentum illud, quod *βέρυζα* dicunt, & de quo supra sumus locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis genus intellexit ^a Avicenna, quando dixit; *Et ludere cum virgis retortis dictis alsulegiam cum pila magna, aut parva lignea*, nisi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans à nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque parvis sphærule agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, vel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, vel cubo ligneo eas approximando, quod quidem genus dorsum ob inclinationes continuas exercet, attamen caput offendit, atque renes, in quorum ulceribus *ἐξαιμαίως θανάσις* vitari mandavit ^b Rufus medicus, neque admodum pro valetudine probatur. legitur enim apud ^c Galenum *exercitationes inclinatio capite, dorsove peractas nequaquam illis convenire, qui occasione qualibet levi vertigine, epilepsia, ophthalmia, aurium dolore, gutturi, aut alterius, capitis & colli inflammationibus occupantur*. Prædictis omnibus tum notior, tum frequentior est *pilamallei* vocati exercitatio, qua veteres gymnastas caruisse nemo non fatetur; sed quanto magis temporibus nostris penes cunctas nationes ipsa inolevit, tanto magis necessarium videtur illius facultates declarare. Nam quod ex magnis sit exercitationibus, ac vehementibus facile est, & à labore, qui sustinetur in ipso, & ab ejus natura conjicere; à labore, quoniam sudor, defatigatio, rubor faciei, spirationis magnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriuntur; ex natura vero ejus, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum jactatio, dorsove totius obnixio quædam adhibeantur, indubitata fide faciunt, nequaquam absque violentia, aut magnitudine hujusmodi exercitationem consistere. & iccirco probabile sit, ipsam calorem nativum augere, excrementa evacuare, somnos profundos generare, & concoquendis

^a Libro 1. feni.
3. doc. 2. c. 2.

^b In lib. de
affect. renum.

^c 5. de tuend.
valet. cap. 3.

cibis, atque crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleti certum est, quando Galenus hoc vitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicavit. Quantum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sententiam venio, pilamallei exercitationem præcipue brachia, atque dorsum exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui membra ista confirmare student, quique multitudinem ciborum perbelle conficere, succos utiles per universum corpus distrubuere, & superfluitatem, tam per sudorem, quam per secretam difflationem exinanire intendunt. Ceterum nemo, vel mediocriter rei medicæ peritus, ignorat, valetudinariis, ac debilibus, quorum vires levi de causâ destruantur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum valent, quique renes calidos, urinasque acres habent, ex talibus motibus summopere offendentur, sicuti quoque nocet exercitatio hæc, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumque habitum generandum pilamalleo sese exercere: qui vero aliquo pacto ab ægritudine occupantur, omnino abstinere debent, illudque semper memoria tenere operæpretium est, quæ de exercitationibus bona à nobis promittuntur, vera reperiri, modo eâ ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum servetur, quam in 1v. libro necessariam esse monstravimus. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorum inemendabilia mala succedere: quemadmodum sæpenumero in proposita exercitatione evenire certo scio, quæ cum fere post prandium à plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, non sua culpa, sed exercentium incuria perniciosas affectiones, ac pravos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, à majoribus nostris in exercendis corporibus observatam, quantum conceditur, imitantes, melius valetudini atque membrorum robori consulant, neque committant, ut propriis erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicente ^a Galeno nostro, *magnum dedecus esse, qui à natura sanam corporis constitutionem sortiti eam ob exercitatio-*
num,

^a 5. detuend.
valet.

num, ac recte vivendi negligentiam corrumpunt, atque morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorsum, alterum, quod illis evitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit, Galenum voluisse, in senibus debiles partes numquam exerceri, in aliis semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex virtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum vero reparabilis est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas consulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atque de curabili, dicta nostra intelligi volumus: ne à Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere videamur.

a 5. de tuend.
valet. cap. 3.

CAPUT VIII.

De Equitationis facultatibus.

Equitationem, quam *b* Galenus aliquando inter ea, quæ *exercitationes* simul, & *opera* nuncupat, adnumeravit, ex ejusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quocirca, quantum sit ex se, poterit nativum calorem augere, & excrementorum inanitioni opitulari. Est autem non parva differentia, an equus (sic apello equum, mulum, & aliud quodvis portandis hominibus accommodatum animal) lente celeriterve gradiatur, an succussit; an asturco sit agtolutarius, an currat. De placida & lenta equitatione scriptum invenitur ab *c* Antyllo atque *d* Ætio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & præsertim inguinibus afferre. de hac inquam verba faciens *e* Hippocrates memoriæ prodidit, continuam equitationem lassitudinem magnam parere, hominesque infœcundos & coëundi impotentes reddere, necnon dolores diuturnos, & claudicationes generare, neque iccirco sententia Hippocratis damnanda videtur, quod *f* Aristoteles contrario plane sensu scriptum reliquerit, *equitantes assidue libidinosiores evadere*; quoniam genitalia continua attrectatione motioneque incalescentia spiritum

b 2. de tuend.
valet. cap. 8. &
6. epia. com.
1. aph. 6.

c Oribasius
lib. 6. c. 24.
d Ætius lib. 3.
cap. 7.

e In lib. de
aëre aquis &
loc. cap. 11.

f 4. sect. probl.
12.

con-

concipiunt, sicque coëundi cupiditas inducitur: siquidem Hippocrates de placida & nimis frequenti loquitur, utpote quæ leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas atque pedes oblectat: Aristoteles vero de ea, quæ equo celeriter gradiente, & interdum succussante, sed non admodum frequenter exercetur, verba facit, unde particula *assidue*, quam Latini interpretes apponunt, cum in Græco Aristotelis codice non inveniatur auferenda plane crit. Hæc etenim equitando facta exercitatio, ut

a. b. locis citatis.

c Lib. 27. c. 7.

d Lib. 28. c. 4. circa finem.

e Lib. 21. c. 30.

f Loco citato.

g Libro 2. ad Timo. cap. 12.

b Lib. 5. c. 1.

a Antyllus & *b* Ætius crediderunt, totum corpus laboriose concutit, & magis adhuc omnibus aliis exercitationibus. Unde ab *c* Alexandro Tralliano in dolore capitis, quem causa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, præsertim vero stomachum firmat. ut non immerito scriptum sit à *d* Plinio, equitationem stomacho & coxis utilissimam reputatam fuisse. qua item ratione in singultu curando ab *e* Ætio usurpatur, sensuum instrumenta subinde purgat, eaque reddit acutiora, hydropicos (ut sentit *f* Trallianus) si quid aliud, maxime iuvat, solutam alvum & fluentem, dicente Celso, coercet, crura quoque tenuia crassescit, quod Germanici exemplo testatur Suetonius. Ceterum thoraci maxime adversatur, nec non vesicæ male affectæ, in cujus ulceribus curandis ante cetera huiusmodi exercitationem vitari placuit Archigeni illi, præstantissimo Hadriani Imperatoris Archiatro: coxis etiam obesse scripsit Hippocrates, quamquam in hac re varias auctorum posteriorum extare sententias reperio. Themison Methodicorum princeps in coxendicum dolore, *ἰσχυρὸν* nomine à Græcis appellato equitare imperabat ægrotantes, quo magis ob vehementiam motus partium faceret vexationem: post ipsum idem confirmavit *g* Theodorus Priscianus, & quem modo citavi, Plinius. Ex altera parte jam diximus, Hippocratem *coxis equitationem inimicam, earumque dolorum parentem putasse*, quem secutus *b* Cælius Aurelianus Themisonis placita infectatus est, tamquam veram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animadverto in hac exercitatione vehementer coxas incallescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atque inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus jam excitatos, quasque inveteratos

accer-

acerbiores & indissolubiliores effici reor : quibus item rationibus equitationem à ^a Celso podagricis jure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo prædictis duabus proculdubio deterior est, nimirum quæ universum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in ^b Niptris ille sapientissimus Græciae saucius intelligebat, ubi diceret.

^a Lib. 4. cap. penult.

^b Cicero 2. Tusculan. quæst.

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu arripiat major dolor.

Quod item ^c Lucilius poëta antiquus innuit, dum equum succussantem tetrum nuncupavit hoc versu.

^c Nonius Marc.

Succussatoris tetri, tardique caballi.

Ad hæc succussionem vehementer caput offendere, collum, & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Denique si ulla est equitatio, quæ viscera præcipue (id enim fatetur ^d Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, à qua non solum interiora omnia concuti, verum etiam suspendi, quasque arripi videntur. illud unum habere juvamen potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, alvoque ciendæ, ac urinæ proliciendæ, necnon à renum (quod ^e Avicennæ placuit) loco lapillis atque arenulis ad inferiora deducendis adjuvare queat. Sed, quoniam majoribus damnis commoda hæc compensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam vulgari nomine *portantum*, aut *trainam* vocant Itali, & de qua ita ^f Martialis :

^d 2. de tuend. val. cap. 11.

^e Lib. 3. fecm. 19. tract. 1. cap. ult.

^f Libro 14. Epigr. 197.

*Hic brevis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus Astur equus)*

quemadmodum magis corpus & membra gradarii equi ventione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurum explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterque alvum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta, licet apud ^g Aristotelem legatur, ita equitantes, quod magis caveant, minus cadere, tamen eam improbare videtur Galenus hac ratione, quia sæpe contingit equitantes in terram decidere, & nonnunquam ex casu emori, sed

^g In libro de parvæ pile ludo.

præter hanc multæ extant causæ aliæ, ob quas à sanitatis studio huiusmodi equitatio omni diligentia evitari debet. nam corpus ut scribit ^a Hippocrates nimium calefacit, exiccat, atque extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem à ^b Galio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem ^c Aristoteles causam indagans, cur, qui equo vehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud evenire, vel quoniam motus calefaciens valde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, vel quia sicuti venti adversi oculos perturbant, sic aër occurrans tanto magis ferire potest, quanto equus velocius agitur. lædit præterea hæc equitatio tam thoracem & pulmonem, quam viscera universa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alii urinæ ardore, alii lapillis, alii ulceribus modo renum, modo vesicæ, modo peritonæi usque adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere iis affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fracturæ, quot membrorum distorsiones sæpenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxæ, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, iisque gravissimis periculis, nedum valetudinem, verum etiam salutem ipsam subjiciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac vitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilque vitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, æstimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis speciebus, quarum nullam ægrotantibus admodum conferre scripserunt ^d Antyllus, atque ^e Ætius; quasque nec iis, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriæ tradidit ^f Soranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, vel earum inflammatione laborant, convenire censuit ^g Galenus. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quæ exercitatio parum male valentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut molliissime veharis, tamen lassitudo inguinum lumborumque, & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare perarduum est, ne dicam impossibile. accedit,

&

^a 2. de diæta.^b lib. 5. cap. ult.^c Sect. 5. problem. 13.^d Locis citat.^f In IIsagog. cap. 23.^g 6. epid. com. 3. aph.

& mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatus feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stomachum firmando: sensus expurgando, acuendoque: sed pectus atque pedes debilitat.

CAPUT IX.

De gestationum in univversum viribus.

ANtequam gestationum sermonem aggrediamur, illud prius adnotandum lectoribus volumus, nos minime ignorare, multos equestrationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit ^a Ætius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi voluisse; tum quia ^b Cornelius Celsus antiquus simul & celebris auctor, ubi gestationis species adnumeravit, ne verbum quidem de equestratione facere voluit, quasi alienam à gestatione judicaverit, id quod multos alios opinatos fuisse conjicitur ex ^c Antyllo; tum quia expresse Galenus gestationem & equestrationem diversas esse declaravit in 11. de tuend. valet. ubi alias exercitationes à nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equestratio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu & quiete, pluribus corporis partibus non moveri apparentibus, universo autem corpore à latione moto, hæc condicio ab equestratione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moveri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus atque Ætius separatim de equestratione ipsa verba fecerunt. Hanc, inquam, gestationem ab equestratione separatam, necnon à Græcis *ἀίστησις* vocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declaravimus: at quæ omnibus universali gestationis nomine comprehensis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, deum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, sæpenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utræque inter se differant, quorum sententiæ de exercitationibus propriis, quæ vehementiores motus gestationibus existunt, non autem de communiter acceptis interpretandæ semper erunt. Est igitur ge-

^a Lib. 3. c. 6.

^b Lib. 2. c. 15

^c Oribasius
lib. 6. cap. 25.

a. b. c. Locis
citatis.

A Loco citato.

statio secundum ^a Antylli, ^b Ætii, atque ^c Avicennæ sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solum sanis & valetudinariis, verum etiam longis, ac inclinatis morbis, & denique iis, quibus lentæ morborum reliquæ remanent, nec aliter eliduntur, accommodatæ sunt. In acutorum nonnullis, ut ab Aretæo in lethargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit ^d Celsus Asclepiadem etiam in recenti vehementique febre, præcipueque ad discutiendam eam gestationis usum comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusque quiete ejusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac valetudinariis gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moveat, potest calorem naturalem augere, materiæ multitudinem discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiei dissolvere, corporis turbationem sedare, iis, quos vigiliæ exercent, somnum conciliare, & contra etiam veteriosis, ac dissolutis reditum ad se, vigiliasque parare. nam somnum conciliat, excrementa, quæ à capite ad stomachum delabuntur, per halitum digerendo, quæ nimirum partes sunt vigiliarum præcipuæ causæ: sed vigilias postea inducit corporis tenorem ad se revocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. l. v. videatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; ejus tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui valetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit ^e Celsus: *si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor visceribus, aut capiti, aut præcordiis suberit, & ex toto nunquam gestari corpus dolens voluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis nervis dolentibus; neque umquam in crescente febre, sed in remissione ejus.* Nihilominus, citra multas observationes, ab auctoribus probatas esse in variis affectionibus gestationes reperitur. Cælius Aurelianus in libris, quos de morbis diurnis inscripsit, eas in incubone, (quo morbo plurimos Romæ quasi ex contagione quadam aliquando periisse, refert Silimachus Hippocratis sectator) commendavit, similiter & in vocis amputatione, in hæmoptoicis, in quibus eandem damnavit.

vit Asclepiades, in asthma, in stomachicis, in elephantiasi, in colicis, in arthridite. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretæus gestationes adhibendas voluit in melancholia, in atrophía, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui valde exsiccati sunt, atque refectione opus habent, ^a Galenum usum, aliquando legitur. Quin ^a 7. Method. & ipsemet ^b Celsus pro sacro igne curando gestationem laudavit, ut non semper conditiones ab ipso demonstratas observatu necessarias fore hisce auctoritatibus convincere valeamus. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quoniam in loco quis gestationibus utatur. quod ^c Aretæus celiacorum exercitationes demonstrans, eam ceteris prætulit, quæ inter *lauros, myrtos, atque thymum efficitur.* ^b Lib. 5. c. 28. ^c Lib. 2. cur chron. cap. 7.

CAPUT X.

De gestationum in Vehiculo, Lectica, atque Sella particularibus viribus.

Explicatis iis, quæ ab auctoribus de gestationum facultatibus in universum tradita fuerunt, jam ad particulares descendere opportunum est, si prius illud in memoriam revocaverimus, scriptores scilicet medicinæ, quando sine additione gestationis usum in sanis atque valetudinariis nominant, de qualibet ejus specie intelligere: quoniam nulla fere invenitur, quæ ipsis utiliter accommodari non possit: quando vero in ægrotis loquuntur, interdum omnes, sed in remissionibus morborum, interdum placidiores significare. Vehiculorum multa fuere apud majores nostros genera, quorum luxuria usque adeo interdum Romæ crevit, ut, referente ^d Plinio, aurea ac argentea facere non sint veriti. sed hoc præter institutum nostrum est. Nam, quæ pro sanis, aut ægris in usu habita sunt à medicis vehicula, alia ab animalibus, mulis scilicet, aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraque vel tardiuscule, vel celeriter. Gestationem vehiculo factam quamvis ceteris acriorem esse dixerit ^e Celsus, nihilominus, secundum ^f Galeni sententiam, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sanis, nisi aliter exerceri impediuntur, mini-

^d Libro 33.
cap. 11.

^e Lib. 2 c. 17.
^f 2 de tuend.
valet. cap. 11.
5. de tuend.
valet.

^a Libro 7.
Epist. 21.

^b Lib. 3. c. 6.

^c Lib. 1. cap. 2.

^d 5. de tuend.
valet. cap. 3.

^e Loco citato.

^f Epistol. 14.
ad Paulum.

me omnium conveniat. Valetudinariis atque senibus magis, quemadmodum Antiochum sese exercuisse, & ^a Cæcilium Plinium accepimus: maxime vero ægrotantibus, de quibus sermonem faciens Antyllus dixit, *gestationem in vehiculo factam vim quandam amoliendi, commovendique morbos stabiles, & permanentes habere.* Quapropter Seneca Epist. LV. *ad bilem faucibus infixam discutiendam, & ad spiritus densitatem extenuandam* sibi mirifice profuisse scribit, qui, quod anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse vocat, non raro usque ad expirationis periculum exerceretur, huiusmodi exercitatione adversus morbum utebatur. Hæc, inquam, exercitatio duplex ab ^b Ætio traditur, altera mitior, altera vehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborent, utendum esse. unde sapienter ^c Cælius Aurelianus judicavit, *capitis dolore vexatos per longam viam gestari debere*, ne frequenti versione ægrotanti vertigo induceretur, velut etiam non sine ratione in furore, atque paralyfi curandis vehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse voluit, quamquam eandem postea in epilepsiæ curatione improbaverit, quod motus rotarum vertiginem caliginemque faciat ægrotanti, quæ passionis imaginem ferat. licet enim ^d Galenus, Trallianus, & Ætius in vertiginosis, epilepticis, gravi ophthalmia, aut aurium dolore, surditateve captis, nec non in hemicranicis similem exercitationem prorsus aversari non videantur: attamen Ætius sic affectos leniter moveri, & aversos ab itinere retrorsum desidere in curru mandavit: multos subjungens se novisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Ætium deinde secutus ^e Avicenna addidit, huiusmodi vestationem retroversa facie peractam visus debilitati, ejusque obfuscationi magnum juvamentum conferre. Hanc mitiorem in alvo fluente commendavit Celsus: quam valetudinariis quoque & senibus ^f Aufonium Gallum poetam, & Aufonii medici à Marcello citati filium probasse puto, quando is amico cuidam seni, & à morbo resurgenti scribens, monet *cisso, & veredo*, quæ erant vehiculorum genera, *tarde vehatur, rhedas, petorita, & equorum veloces motus fugiat*, his versibus.

*Pelle soporiferi senium, nubemque veterni:
 Atque alacri mediam carpe vigore viam,
 Sed Cifsum, aut pigrum cautus conscende veredum,
 Non tibi sit rheda, non amor acris equi.
 Canterii moneo male nota petorita vites,
 Nec celeres mulas ipse Metiscus agas.*

Porro vehiculi gestationem vehementiorem tanquam calefaciente, attenuanteque vi præditam in supprimenda carnis multitudine à ^a Cælio commendatam invenio: quam item ab ipso pro atrophie curatione, & ab ^b Ætio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito percussis veluti optimum præsidium usurpatum fuisse, constat. In lectica gestatio facta, ut prædicta aliquanto remissior atque blandior existit, sic quoque plures usus apud medicos in exercendis agris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoque eam adhibitam reperiarnus, id factum credo: non ut simili exercitatione ulla valetudini accederet utilitas, sed potius, quia à senectute, sive alia causa (veluti ^c Alexander ob cruris vulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebantur, vel ut à pulvere, sole, ventorum flatibus, pluvia, grandine, ac hyemis rigoribus defenderentur. quocirca, nisi aliqua ex prædictis causis homines sani urgeantur, ut à lectica abstineant, consulo: quoniam, præter agitationem illam, quæ plurimorum capita vexare consuevit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra à motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea majoribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. verum enim vero hac particulari commoditate non mihi videtur privanda lecticæ gestatio, quod sani viri ea possunt uti post cibos, non ad exercenda corpora, sed ad obeunda negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatii, & exhilarandi animi gratia: quemadmodum factitasse Augustum, quando à cena se in lecticulam lucubratoriam recipiebat, auctor est Suetonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnasticus usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica gestantur, ut

^a Lib 4. c. ult.

^b Loco citato.

^c Q. Curtius.
lib. 7. cap. 6.

^a An-

^a Locis citatis. ^a Antyllus, Ætius, & Avicenna memoriæ mandaverunt, qui lethargica febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica vexantur, hydropici, secundum ^b Tralliani sententiam, apoplectici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidem hæc commotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsiōi aptam efficit. prodest subinde talis gestatio iis, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborum sumpserunt: itemque vigilantibus, aut segnitie & pigritia quadam oppressis, necnon iis, quibus caninum in modum appetitus intentus est, nimirum cum intentio illa sedetur. Ceterum sedentes in lectica, secundum Ætium, portari debent, qui in integra febrium declinatione consistunt. eadem ratione & illi, qui alias exercitationes obire nequeunt, qui diuturno aliquo, & levi morbo impliciti sunt, qui, cum adhuc imbecilles sint, vires reficere cupiunt, qui tarde alimentum conficiunt. Ex quo prudenter satis ^c Cornelius Celsus, *ubi phthisici navigare nequeunt, lectica eorum corpora dimovenda* consuluit: quemadmodum ^d Alexander Trallianus, si quid aliud hujuscemodi gestationes, & navi, & lectica factas, hydropicos juvare scripsit.

^e Lib. 2. c. 15. In sella, quam *scamnum* vocare maluit eloquentissimus ^e Celsus, gestatio facta, tamen si apud auctores sæpenumero cum lectica confusa, atque eadem inveniatur, nihilominus in duobus ab illa diversam extitisse puto: primo, quia lectica duorum hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi Neronem cum matre in lectica quandoque vehi solitum scribit, quod minime de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdum sex servis, interdum octo, interdum pluribus gestabatur. sellam autem tamquam breviorē, & unius duntaxat capacem à paucioribus gestatam, verisimile videtur. Neque enim ullam inter se maiorem differentiam temporibus nostris sella cooperta, & lectica obtinuerunt, quam quod altera à duobus servis ut plurimum gestatur, uniusque duntaxat capax est, altera à jumentis portatur, & duos continere valet. In sella sani gestabantur, deliciarum potius & majestatis ostentandæ, quam valetudinis gratia: quamquam Plinium ea Romæ vectum, ut etiam inter eundem studiis vacaret, ipsius ^f Nepos tradit. ^g Celsus hanc sellarem, & simul lecticarem gestationem

^f Libro 3.
Epist. 5.

^g Loco citato.

nem navigatione in portu, vel fluminibus acta vehementiorem facit. Porro fiebat hujuscemodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum sedendo, tum jacendo. Ægrotantes sine febre in sella detecta potius, quam tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur jacentes febricitantes, atque ex iis lethargici potius, & quos cataphora urget. quod si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre jactentur, modo vires ferant, gestari plurimum debent, ut ^b Cælius phthisicis consuluit, quandoquidem gestatio, minus movens corpora, quandoque febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatem perveniunt, vel quorum longa admodum remissio est, vel qui febribus tenentur longis, etiamsi non magna intervalla habeant, convenit hæc gestatio, quam similiter in multis aliis affectibus, nempe in dolore capitis; in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralyfi à Cælio Aureliano commendari, ex ejus de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus ægrotantes exercere valeamus, dum tamen maturo morbo, atque jam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc sæviente, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora & periculosiora consequuntur, quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusque & humores nondum quietos & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum est, ne crescentibus crudisve morbis, præsertim calidis gestatio, aut alia quævis exercitatio administretur, sed in naturis solummodo frigidis, atque illis, qui manifeste inclinare animadvertuntur.

^a Oribas lib.
6. collect.
cap. 23.

^b Libro 2.
chron. c. ult.

CAPUT XI.

De Lecti pensilis, Cunarum, ac Navis gestationum facultatibus.

Qui primus lectulos pensiles excogitavit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse visus est; tum ut blando eorum jactatu somnos alliceret; tum etiam, ut morbos extenuaret. quibus rationibus

B b b

ad-

adducti posteriores in curandis ægris eorum usum frequentior-
a lib. 2. cap. 15. rem reddiderunt ; quanquam gravis auctor ^a Cornelius Celsus
 exercitationem hanc tantummodo administrandam aliquando
 iudicavit , *ubi neque navis , neque lectica , neque sella copia datur :*
 licet postea in apoplexia cum æger resurgit , ipsum lecti motu
 concutiendum præcepisse inveniatur. Verum enim vero An-
 tyllus, Ætius, atque Cælius, etiamsi nil aliud deficiat, pro mul-
 tis affectionibus debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri
 voluerunt , quinimmo, quod paucis conceditur, hanc gesta-
 tionem tam ante cibum, quam à cibo prodesse dixit Antyllus.
 nam primo febricantes, aut diuturno morbo decumbentes, in
 quo corpora consumpta sese erigere non ita valent, aut ^b elle-
b Ætius. lib. 3.
cap. 6. borum sumentes à tali gestatione utilitatem recipere iudica-
 tum est : deinde in his, qui vires à febrili affectione recolligere
 incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetentia ciborum deje-
 cta eandem prodesse experimentis inventum fuit. neque defue-
 runt, qui ipsam in furiosis, ac phthysicis laudaverint. Quem-
 admodum, & ^c Ætius, & ^d Theodorus Priscianus phreniticis
c loco citato.
d libro 2. ad
Timo. c. 2. adhibendam censuerunt, quo blanda illa agitatione spirituum
 perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis
 lecti scympodium quoque esse, monstravimus : & iccirco ubi
 à Cælio, atque aliis gestationes in pensili lecto probatas vide-
 rimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili
 non dissimilem aliam lecto factam gestationis speciem invenio,
e loco citato. quam primus (quod ego sciam) inter medicos ^e Celsus mon-
 stravit, ubi deficientibus ceteris gestationi dedicatis instru-
 mentis, voluit *uni pedi lecti funiculum esse subjiciendum, atque*
f loco citato. *ita lectum huc & illuc manu impellendum.* id quod etiam ^f Amy-
 denum Ætium significare voluisse arbitror, quando scripsit,
duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia juxta
angulares pedes habentis. Hoc equidem illud exercitationis ge-
g lib. 1. fen. 3.
doct. 2. c. 2. nus existimo, quod ab ^g Avicenna sub cunarum revolutione
 descriptum fuit, atque idem nomen usque ad tempora nostra
 retinuit : etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recen-
h 1. de tuend.
valet. cap. 8. seatur, demulcendisque pueris potius ex ^h Galeni sententia, non
 sanis, aut infirmis exercitandis aptum videatur : nihilominus iis
 convenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiam illi qui
 nec

necdum se movere, neque sedere valent, quique ab hellebori potione valde prostrati fuerunt, aut secundum Celsum alicujus membri resolutionem patiuntur : quin, si talis gestatio suaviter administretur, præter somni jucunditatem, quam affert, flatus quoque dissolvit, reliquiis morborum capitis, veluti stupori, & oblivioni prorsus extinguendis, conducit, appetitum movet, & naturam sopitam exuscitat. Avicenna Fen. IV. tract. III. cap. XII. ad compescendum nimium sudorem præcipit, ut ægri ponantur super illud instrumentum, quo pueri, vel juvenes solent in aëre concuti, atque ita in aëre frigido concuti, quod quidem puto esse genus illud instrumenti, cujus facta est mentio supra lib. III. sub Oscellarum nomine. Inter gestationum species ultimo loco posuerunt fere omnes navigationem, quam ceterarum omnium levissimam fecit ^a Cornelius Celsus, ^a loco citato. sed & hujus quamplurima inveniuntur discrimina : siquidem non parum interest, *an quis in stagno, an in flumine, an in mari nave geratur* : & in mari, *an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo*. Navigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur : quoniam ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicujus instar, putridi vapores elevantur, qui aërem inficientes navigationem magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab ^b Aristotele *palustria loca incoletes subpallidos, ac somnolentiores evadere*. minus noxia existit in fluminibus navigatio, nempe quæ auctore ^c Plutarcho timoribus carens nauseam ullo pacto non commoveat. verumtamen tam hæc, quam illa, quæ exercetur in stagnis, in capite male affecto incongruæ à ^d Cælio Aureliano ^d Lib. I. c. 1. judicantur, quod humectantes caput terrena exhalatione infrigidant. Duabus prædictis maritima navigatio valde præstantior creditur, quoniam mari semper vapores sicci & calidi educuntur, qui latenter, ac sensim navigantium corpora recludunt, necnon falsæ proprietatis causa excrementa absumunt, atque hominum habitus quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco hujusmodi exercitatio in cunctis fere morbis humidis ac frigidis à medicis probatur, & privatim à Celso in tussi omni, à Cælio ac Aretæo in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in phthisi, icteritia, in hydropisi à ^e Tralliano ^e Lib. 7. cap. 3.

- in frigida ventriculi intemperie commendatur. In phthisi namque præstantissimum remedium navigationem semper à maioribus habitam fuisse, testatus fuit ^a Plinius, qui hac ratione phthificos Ægyptum petere consuevisse refert, quo cum Annæus Gallio post consulatum jam fere phthificus, & Zosimus ^b Plinii nepotis libertus, sanguinis reiectione laborans, profecti essent, ad sanitatem restituti fuerunt: quanquam barbarus ille auctor Plinii Secundi nomine falso inscriptus in 1. de re medica libro dicat *phthificis magis conferre in saltibus, ubi pix nascitur, habitare, quam in mari navigari*. Porro ex maritimis navigationibus lenissimam dixit Cellus eam, quæ in portu efficitur, quam tamen in capitis affectionibus una cum fluviali & stagnali improbavit Aurelianus. Quæ vero in littoribus exercetur navigatio jucundissima habetur, de qua celebratum hoc proverbium narrat ^c Plutarchus: *αλῆς μὲν ὁ ἀπὸ γῆς, αἰματὶ δὲ ὁ ἀπὸ θαλάττης ἡδίστος*. id est, *navigatio juxta terram, ambulatio vero juxta mare jucundissima*. hæc ex communi Avicennæ atque Ætii sententia præcipue prodest hydropisi, elephantiasi, apoplexiæ, stomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophix quoque secundum Cælium non parvum auxilium præstat: quamvis enim à principio stomachum subvertat, paullo post tamen assuefaciens illum sedat, quinimmo, ut dicebat ^d Plinius, *vomitiones illæ in stabili volutatione commotæ plurimis morbis capitis, oculorum, pectoris, & de neque omnibus, propter quæ bibitur elleborum, medentur*. Verum gestatio in alto mari peracta reliquarum vehementissima existit, & mutationes plurimas, atque maximas facit, nimirum, cum animus mixtos affectus habeat, & tristitia, & ipse, timore, atque periculo: modo gaudentibus & latis, modo in angustiis & periculis versantibus navigantibus, quæ simul omnia magnam vim habent, ut quoque ^e Plutarchus cognovit, ingentes vomitus concitandi, ac consequenter omnem veterem morbum profligandi: & proinde jure dixit Avicenna navigationem hanc ad extinguendas prædictas ægritudines efficaciorē esse. quin & mixtio illa motus & quietis, qua prædita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quæ tranquillo mari peragitur in navi gestatio non admodum (dicebat ^f Antyllus) magnam turbationem, neque concussionem affert: ex quo fit, ut ferme accommodata sit iis, qui-

^a Lib. 31. c. 6.

^b Lib. 5. Epist. epist. 19.

^c 1. Sympof.

^d Lib. 31. c. 6.

^e Lib. de quæst. natural. b.

^f Orbasius lib. 6. c. 23.

quibus etiam gestatio in curribus convenit : nisi quod hoc magis habet, quod in purgato aëre, ubi non humidi vapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Ceterum quæ turbato mari obitur, magis animum & corpus exagitat, magisque vomitum ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugienda est, cum motus acutissimos, dum navis à vento impellitur, vehementissimos, & neutiquam cessantes, sicque corpori intensissimos habeat. Non silendum, in nephriticis navigationem, omnemque maritimam vitam ab Aretæo sub his verbis commendari : καὶ πλῆς, ὅτι ἐν θαλάσῃ εἰσὶν, ἀπαντὰ ποῖσι θηὶ νεφρῶν ἐστὶν ἀκρεα. id est, *Et navigatio, & vita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.*

CAPUT XII.

De Natationis, & Piscationis effectibus.

Natationem inter exercitationes apud medicorum gymnastas extitisse, maximeque omnium ab antiquis in exilimatione habitam fuisse, quod homines è periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosque ad audendum fortiores, & animosiores redderet, ^a jam satis monstravimus : ideo vires ejus perquirere solum restat. Nam varias hanc quoque differentias habuisse reperio : siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte nascentibus, aut in aliis : & si in aliis, vel in dulcibus, vel in maritimis : si in dulcibus, aut fluviis, aut lacubus, aut stagnis : atque hæc omnes vel in calidis, vel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus, quas omnes calidas esse, & ^b Aristotelis auctoritas & ratio, & experientia demonstrant, peractam improbavit Antyllus, tanquam impleat, eam tamen in paralyticis curandis adjumentum præstare, credidit Cælius Aurelianus, ita scilicet administratam, ut patientibus partibus inflatæ vesicæ adjungantur, quo natandi laborem minuant. Quæ porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrem vitanda plerumque est : quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nervi, cum propter frigus, tum propter humiditatem læduntur : ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus fluviales minores sanis corporibus noxas inferunt, potissimumque ad inducendum somnum ab ^c Horatio Flacco commendantur, ubi scribit :

^a Lib. 3. c. 14.

^b 24. partic. Prob.

^c Lib. 2. ferna Satyr. 1.

— — — — — *ter uncti*

Trans nanto Tyberim, somno quibus est opus alto.

perniciosissimæ vero sunt, quæ in paludibus & stagnis obeuntur : quoniam vapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, non solum caput, verum etiam universum corpus contaminant. Lacustres medio quodam pacto se habent : quæ tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, vastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretæo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Ætîo ex Galeni mente in narium obturatione, & odoratus læsione, si assidue fiat, probatur. A Celso vero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemque elephantiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquæ aliæ corporis partes defluxione tentantur, accommodata reputatur. facit quoque ad eos, qui ex alimento fructum non sentiunt. & ideo non immerito Cælius Aurelianus natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, jecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. verumtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub dio factas in capitis dolore, atque etiam in epilepsia laudaverit : cum Antyllus non solum marinam natationem, sed qualemcunque aliam capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere videtur, demonstrans, tum situm ipsum natantium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum non esse duco, quod magnus philosophus ^a Aristoteles in problematibus scriptum reliquit, videlicet, *in mari facilius, quam in fluviiis natari* : propterea quod qui natat, sedulo aqua admitendo natat ; adniti autem ad id firmitus possumus, quod corpulentius est : unde cum aqua marina fluviali sit corpulentior, crassior, & ad renitendum validior, magis natantes adnites sibi sustinet. idem XXI I I. problemat. scribit *natatione in mari magis corpora evacuari, quam curru*, quod an intelligendum sit de evacuatione per alvum, ut interpretatur Gaza, an potius de totius corporis dissipatione, non satis sum curtus, cum aquam falsam alvum restringere clare adversus vulgarem

^a 21. partic.
prob. 13

rem opinionem afferat Hippocrates lib. de aëre, aquis & locis, quod si facit intus accepta, multo magis facere debet ejus vapor extrinsecus illatus in corpus. Est præterea de quacunque natatione animadvertendum, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solum æstate adhibenda erit natatio, quando gracilem reddere, per halitum evocare, firmare, calefacere, attenuare, hominemque tandem injuriæ minus obnoxium facere potest. A
 * Plinio scriptum est *luxata hominum corpora, & quadrupedum natando in cujuslibet generis aqua facillime in artus redire*. ^{a Lib. 31. c. 6.} Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est, & ob id à Cælio Aureliano in curandis arthriticis commendata, ab Ætio ex mente Galeni in iis, qui cutem corporis densatam habent. at ab ea caput offendi, vires quodam pacto enervari, nemo negaret: quam alio etiam non carere vitio dixit Cælius, videlicet humores fundere, nec ipsos resolvere. Frigida quod intus calorem nativum repellens ipsum validiorem efficiat ciborum optimam & citam concoctionem præstat: exuberantes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde jure etiam ipsam in arthriticis laudavit Aurelianus, ea ratione motus, qua Hippocrates frigidam tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantibus in æstate, & Herodotus apud Ætium ad evitandum æstum frigidam natationem commendavit. experientia tamen constat, si quis ea frequenter utatur nervos lædi, & interdum surditatem contrahi, quod Agathinus apud
 b Oribasium confessus est. Atque hæc omnia à nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quæ ad gymnasticam quidem medicam pertinebant, sed minime semper in gymnasiis exercebantur. illæ vero, quas in gymnasiis ipsis fieri consuevisse in 111. libro probavimus, sive in piscinis, sive in amplissimis labris agerentur, duos præcipuos fines secundum opinionem nostram habuerunt, alterum ut motu illo blando, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, sicque membra copiosius humectarentur: alterum ut majore voluptate in movendo sese fruerentur: quandoquidem aqua mota, & præsertim balneorum suavi illa attrectatione singularem quandam dele-

^b Lib. 6. med. coll. cap. 27.

^a 7. de legib.
& in tophista

^b Lib. 1. fen.
3. de et. 1. c. 2.

^c Sect. 38.
prob. 2.

^d 7. de simp.
med & 5. de
comp. med.
f. l.

^e In vita Au-
gust. cap. 83.

delectationem affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex ^a Platonis sententia *nec animo, nec corpori prodesse*, & proinde ab illo optari, *ne iuvenes huic incumbant*, pauca verba faciam, tum quia fere sub navigationem reducitur, ut eadem repetere non sit opus : tum quia à medicis prope nullis eam in usu habitam esse constat : nisi quod ^b Avicenna inter debiles exercitationes adnumeravit, quando quis in navicula piscatoria moveatur, & ob hoc piscationem nullam calorem nativum augere credendum est, cum & ^c Aristoteles scripserit, *piscatores marinos, ideo rufo colore existere, quoniam intus frigent, extra vero quasi adurantur* : habent enim qui in mari piscantur hanc præcipuam commoditatem, quod eorum corpora valde exsiccantur, & propterea minime omnium corruptionibus subjiciantur : quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, consumiturque ; ut magna cum ratione scripserit ^d Galenus *piscatorum habitus duros, ac siccos esse, eorumque ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forent*. Quod vero scripsit ^e Suetonius *Augustum interdum hamo piscari consuevisse*, id potius animi laxandi causa, quam valetudinis gratia ab eo agebatur.

C A P V T XIII.

De Venationis conditionibus.

^f Libro 2. de
parvæ pilæ
ludo.

VEnationis exercitationem comparans ludo parvæ pilæ ^f Galenus illud solum inter ipsas¹ discrimen posuisse videtur, quod alter modico apparatu indigeret, & ob id cuivis exercitatu facilis esset : altera vero pluribus instrumentis opus haberet, neque ab omnibus sed ab ingenuis dumtaxat atque divitibus exerceri posset. hoc autem licet Galeni forsan tempestate ; atque etiam in aliqua venationis specie temporibus nostris verum foret, nihilominus in majore ejus parte secus rem sese habere compertum est, quando sæpenumero uno, vel duobus canibus, aut paullo pluribus instrumentis rusticos atque pauperes venandi exercitationem frequentare conspiciamus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilæ ludo non mercatur, neque paucioribus verbis ejus facultates à nobis

bis explicari debeant. Cum enim ^a Galenus venationem inter ea, quæ ipse exercitationes & opera nuncupavit, recensuerit: cumque illius perspecta natura manifeste monstret, non absque vehementia, magnitudine, atque celeritate ipsam effici, nimirum in qua multæ aliæ exercitationes, cursus videlicet, ambulationes, saltus, jaculatio, vociferatio, & aliæ necessario requirantur, rationi consequens est eam his facultatibus præditam esse, quod corpora vehementer calefaciat, excrementa dissipet, carnes & succos exuberantes minuat, somnos profundos generet, & proinde concoquendis cibis, crudisve humoribus magnopere conferat: quodque ait Xenophon, *audium ac visum acuat, simulque senectutem retardet*. ob quas egregias facultates illud esse verum existimare debemus, quod ^b Razes Arabs auctor gravissimus ex ^c Galeni sententia memoriæ mandavit, videlicet *in quadam peste contigisse, ut omnes fere perierint, & soli venatores ob assiduam exercitationem incolumes evaserint*. Ceterum quod vehementibus exercitationibus à medicis attributum reperitur, neque venandi labor carere videtur, ut scilicet caput offendendi vi polleat, maxime si importune efficiatur, quemadmodum in IV. de acutorum victu apud illum auctorem legitur. Quantum vero ad particularium venationis specierum qualitates attinet, de duabus solum verba faciam, tamquam in his solis tota venandi ad sanitatem, aut ægritudinem pertinens facultas consistat: illæ sunt, *equestris*, ac *pedestris*: nam sciunt omnes, quamlibet venationem, siue canibus, siue retibus, siue avibus, siue arcubus, siue aliis instrumentis exerceatur, ab hominibus agi, qui aut pedibus propriis eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) venationem exercentes, cum modo curretibus equis, modo gradientibus agantur, modo vociferare, modo quiescere cogantur, omnibus partibus laborare videntur, & ideo multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atque crura: ego vero eam evitare illis præcipio, quibus caput faciliter offenditur: quibus fractionis venarum in pectore periculum imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonæum debile, aut ulla herniæ suspicio est, &

C c c

quibus

^a 2. de tuend.
valet. cap. 8.

^b In 3. com.
tra. 13. cap. 2.
^c Lib. de puer.
ro epilep.
com. 115.

^a Libro 12.
epigr. 14.

quibus tandem universus corporis habitus calorem plusquam mediocrem obtinuit; siquidem multos videre licet venatores, quos partim ob clamores, partim ob motus violentiam similes morbi occuparunt, & quandoque ad interitum deduxerunt. quod vere prudenter ^a Martialis Prisco, ne veredo (erat is equus velociter currens) in venatu uteretur, consuluit hisce versibus:

*Parcius utaris, moneo, rapiente veredo
Prisce, nec in lepores tam violentus eas.
Sepe satisfacit praeda venator, & acri
Decidit excussus, nec rediturus equo.
Insidias & campus habet, nec fossa, nec agger,
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula præsent:
Invidia fati sed levioze cadant.
Si te delectant animosa pericula, Tuscis,
(Tutior est virtus) insidiemur apris.
Quid te frena juvant temeraria? sæpius illis,
Prisce, datum est equitem rumpere, quam leporem.*

^b Seneca in
tragæd.

Porro venatio pedestris eadem fere commoda & incommoda in equestri reperta continet, nisi quod dum cursibus, ac saltibus feras insectatur venator, per montes, per valles, per devia, per silvas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subjicitur: at majori labore afficitur, magis incalefcit, magis pedes, & crura corroborat: præter hæc libidinis stimulos, coërcet, quando ^b Hippolytum studio virginitatis hoc venationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoque venatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes averfanti respondit, ipsi defuisse laborem venatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, quod vehementior existat, senibus, aut debilibus accommodata invenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quique optime valeant. ut non absque iudicio summo ^c Cornelius Celsus dixerit, *sanum hominem, & benevalentem modo navigare, modo venari debere.* quod si ^d Plinius nepos sanitatem suam venationi, quam ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse videtur, iudicandum est, aut illa

^c Lib. 1. c. 1.
^d Epist. 6. libro 5.

illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita valuisse, ut nullo pacto à tanti laboris vehementia læderetur. Erit itaque omnibus hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligenter considerare, primum an corporis robore polleant, inculpataque sanitate fruantur: secus, ne gravissima pericula sustineant, jure dubitandum videtur: secundum, numquid modestia quadam & jucunditate, aut potius citra delectum ullum, & casu quodam, ut plerumque fit, venationi operam navent. Quicumque enim suarum virium, aëris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam habere volunt, multa profecto eorum malorum vitare possunt, quibus ceteri, casu sese exercentes, subjiciuntur: eo magis, quod venatio illud præcipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem non raro sibi requirat. unde aut venatores inter exercendum cibum capere, & à cibo magno labores aggredi coguntur, quo valetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die jejunant, quod tametsi fortasse minus offendant, neque tamen ipsum noxa penitus caret, quando præter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usque adeo præ fame exaturantur, ut ventriculum in concoquendo mirum in modum fatigent, sicque & cruditatis, & alia innumera mala subeant.

Artis gymnastica finis.

ELENCHVS AVCTORVM

quorum fide & testimonio hi libri de arte Gymnastica
conscripti sunt.

A.

Æ Ginetæ (Paulus)	92.93. 114. 125. 175. 200. 284.
Ælianus.	201
Æschines.	195
Æschylus.	137. 344. 346
Ælius Stilo apud Festum.	216
Ælius Amidenus.	4. 34. 112. 113. 166. 208. 224. 230. 231. 234. 266. 282. 291. 296. 302. 304. 313. 316. 318. 319. 324. 333. 337. 344. 348. 352. 354. 355. 357. 359. 367. 368. 370. 371. 372. 374. 378. 383.
Afranius.	39
Alexander.	36. 64. 166. 308. 326. 332. 346. 357. 362. 368. 374. 375. 376. 379.
Ammianus Marcellinus.	220
Angelus Politianus.	201. 349
Antyllus.	119. 121. 123. 124. 128. 130. 150. 159. 161. 191. 197. 206. 211. 214. 218. 224. 226. 231. 240. 264. 266. 267. 281. 308. 309. 310. 318. 319. 324. 325. 326. 331. 332. 335. 339. 345. 346. 354. 357. 360. 364. 367. 368. 370. 371. 372. 376. 377. 380.
Apuleius.	4. 60
Arati vetustus interpres.	224
Arctæus.	124. 150. 172. 306. 309. 315. 319. 324. 327. 336. 338. 339. 348. 356. 372. 373. 379. 381. 382
Arati vetustus interpres.	224
Aristophanes.	165
Aristophanis interpres.	165

Aristoteles.	11. 12. 14. 17. 35. 45. 61. 64. 92. 93. 100. 101. 106. 108. 112. 135. 137. 139. 148. 150. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 164. 184. 186. 188. 189. 196. 204. 205. 206. 208. 209. 212. 213. 238. 239. 240. 241. 244. 245. 252. 255. 267. 270. 272. 275. 276. 277. 278. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 292. 293. 295. 297. 303. 312. 315. 318. 319. 320. 321. 325. 333. 338. 340. 343. 351. 352. 360. 362. 363. 367. 369. 379. 381. 382. 384.
Artemidorus.	162
Asclepiades.	249. 252. 266. 267. 300. 353. 373. 377.
Athenæus.	20. 32. 36. 55. 64. 66. 67. 69. 74. 79. 83. 85. 86. 87. 118. 120. 121. 122. 133. 136. 137. 143. 149. 172. 193. 195. 221. 235.
Averroës.	114. 253. 271. 340. 345. 354.
Avicenna.	8. 34. 113. 114. 134. 166. 200. 201. 203. 208. 215. 220. 224. 226. 234. 235. 237. 254. 286. 289. 296. 307. 345. 348. 349. 351. 354. 358. 359. 365. 369. 372. 374. 378. 380. 384.
Ansonius.	49. 374

B.

B Accius (Andreas)	43
S. Basilus.	91. 108. 109
Blondus.	22
Budæus.	19. 36. 41. 111. 162. 197 Calins

E L E N C H V S A V C T O R V M.

C.

C *Ælius Aurelianus.* 92. 107. 124.
 126. 134. 148. 172. 184. 187.
 191. 198. 203. 208. 210. 211. 212.
 216. 224. 229. 234. 235. 241. 267.
 301. 304. 309. 310. 312. 315. 318.
 319. 322. 325. 331. 332. 333. 336.
 337. 343. 345. 346. 349. 353. 355.
 356. 357. 359. 361. 363. 368. 370.
 372. 374. 375. 377. 378. 379. 380.
 381. 382. 383.
Cæsar (Iulius.) 110. 208
Capitolinus (Iulius.) 57. 58. 60. 66. 73.
 148. 195. 279. 288.
Casaubonus. 78
Cassius Iatrosofista. 320. 333. 352
Cassianus (Ioannes) 107. 109. 110. 152
Cassiodorus. 27. 58
Caro. 335
Cicero. 20. 21. 39. 40. 44. 46. 56.
 59. 64. 86. 90. 92. 102. 153. 182.
 193. 213. 215. 328. 330. 363. 369
Catullus. 32. 39
Celsus. 20. 46. 47. 60. 92. 93. 111.
 130. 209. 210. 231. 252. 259. 266.
 267. 279. 280. 296. 301. 304. 309
 310. 313. 319. 321. 332. 335. 336
 337. 338. 348. 359. 360. 363. 368.
 369. 371. 372. 373. 374. 376. 378.
 379. 382. 386.
S. Chrysostomus. 110
Ciacconius (Petrus.) 77
Clemens Alexandrinus. 54. 57. 74. 87.
 92. 105. 107. 110. 111. 121. 146.
 263.
Columella. 46. 74. 135. 195. 296
Cornarius. 124. 162. 280
Q. Curtius. 375
D. Cyprianus. 38. 57. 171. 194.

D.

D *Iocles.* 18. 353
Iodorus. 37
Dion Cassius. 57. 193. 226. 233. 241
Dionysius Areopagita. 196
Dionysius Halicarnassens. 103. 111.
 133.
Dioscorides. 34. 39

E.

E *Piphanus.* 35
Erasistratus. 9. 10. 184. 249. 252
Erasmus. 205
Erotianus. 17. 113. 139. 144
Euripides. 103
Eusebius. 19. 191
Eustathius. 20. 83. 111. 121. 125.
 143. 168.

F.

F *Aber (Petrus.* 78
Festus (Sextus Pompeius) 102.
 216. 238. 241.
Firminus (Iulius) 246
Flaccus. 54. 67. 153
Fuchsins. 124

G.

G *Alenus.* 2. 5. 7. 8. 9. 10. 11.
 12. 14. 15. 18. 19. 26. 27. 28.
 29. 31. 32. 34. 35. 37. 39. 40. 41.
 42. 43. 44. 45. 47. 53. 55. 58. 61. 63.
 64. 74. 75. 86. 91. 92. 93. 97. 98.
 99. 100. & fere singulis paginis
 usque ad finem.
Gajetanus. 67
Gaza. 382
Gellius. 56. 74. 151. 193. 234. 357
Genesis. 82. 143
Glossarium antiquum. 162
 Ccc 3. Guil-

E L E N C H V S A V C T O R V M.

Guilandinus (Melchior.) 23
Guljelmus Choulus. 31. 171

H.

H *Egesippus.* 182
Heliodorus. 37
Hermippus apud Athenæum. 196
Herodianus. 104. 177
Herodotus medicus. 2. 117. 224. 226.
 230. 231. 232. 235. 266. 383.
Hesiodus. 55
Hesychius. 200
D. Hieronymus. 35. 57. 111. 166
Hippocrates. 5. 9. 35. 36. 43. 59. 91.
 101. 106. 109. 111. 113. 125. 148.
 151. 172. 176. 177. 186. 221. 225.
 234. 251. 252. 254. 255. 257. 258.
 266. 267. 268. 271. 274. 277. 278.
 280. 284. 286. 287. 291. 302. 306.
 312. 313. 314. 316. 317. 318. 321.
 322. 323. 324. 330. 331. 337. 339.
 352. 360. 367. 370. 383.
Homerus. 1. 16. 34. 63. 71. 111. 118.
 137. 166. 168. 172. 177. 361. 362.
Horatius. 36. 47. 63. 66. 69. 72. 75.
 110. 126. 151. 176. 215. 219. 289.
 310. 381.

I.

S. I *Oannes.* 242
Iosephus. 20. 83. 313
Isidorus. 60. 63
Iustinus Martyr. 42
Iulianus Imperator. 6
Iuvenalis. 26. 28. 45. 47. 52. 54. 56.
 94. 137. 192. 196. 198. 201. 209.
 215. 222. 229. 233. 340.

L.

L *Aërtius.* 21. 58. 96. 102. 104.
 280.

Lambinus. 65. 66
Lampridius. 30. 42. 44. 57. 148. 158.
 225. 230. 236. 238. 288.

Lapis Rhamnusianus. 65. 66. 67. 69.
 70. 79.

Leviticus. 85

Liber Hester. 81

—— *Indith.* 82

—— *Regum.* 82. 84

—— *Tobia.* 82

Lipsius. 190

Ligorius (Pyrrhus.) 21. 26. 52. 65. 91.

93. 153. 164. 168. 183. 206. 219.

Livius Andronicus. 102

S. Lucas. 75. 87

Lucianus. 9. 13. 20. 21. 36. 37. 40.

67. 118. 137. 139. 157. 195.

Lucilius. 40. 67. 141. 215. 241. 369

M.

M *Acrobins.* 87

Maldonatus. 80. 81

Manutius (Aldus) 233

Marcilius Ficinus. 42. 279

Martialis. 19. 20. 22. 28. 32. 35. 36.

37. 38. 43. 46. 47. 50. 52. 55. 57.

58. 59. 67. 72. 86. 94. 106. 109.

128. 129. 130. 133. 134. 148. 168.

182. 187. 209. 215. 216. 218. 222.

228. 229. 230. 237. 241. 264. 275.

288. 309. 326. 369. 386.

Metrodorus Scepsus apud Athenæum.

32.

Mocenicus (Aloysius.) 23

Muretus. 92

N.

N *Augerius (Andreas.)* 233

Nicolaus Damascenus. 193

Nonius. 26. 39. 126. 183. 184

E L E N C H V S A V C T O R V M.

O.

O *ctavius Pantagathus.* 22. 65
Olympiodorus. 98

Oribasius. 39. 44. 45. 50. 54. 105.
 119. 123. 128. 148. 161. 171. 191.
 197. 206. 214. 231. 239. 281. 291.
 296. 308. 312. 313. 222. 323. 330.
 335. 337. 345. 354. 361. 364. 371.
 377. 380. 383.

Ovidius. 38. 45. 64. 134. 140. 153.
 175. 182. 223.

P.

P *Acuvius.* 178
Palladius (Andreas.) 23

Pamelius. 27

Pancirolos. 79

Panvinus (Onuphrius.) 12. 65. 223

Papinianus. 48

D. Paullus 110. 159. 192

Paulus Rhamnusius. 65

Paulus medicus. 121. 166. 302. 308.

324 340. 354.

Pausanias. 20. 21. 36. 37. 102. 151.

158. 159. 172. 196. 200. 210. 286.

326.

Persius. 34

Petronius. 131. 182

Petrus Apponensis. 277. 284. 340

Phadrus. 42

Philander. 31. 63

Philostratus. 287

Pindarus. 173

Pindari interpretes. 161. 171

Pinellus (Ioannes Vincentius.) 23

Plato. 1. 9. 10. 13. 14. 17. 20. 21.

29. 40. 42. 63. 91. 97. 98. 99. 105.

109. 110. 115. 116. 117. 119. 120.

136. 137. 140. 144. 150. 151. 158.

160. 174. 175. 176. 180. 183. 184.

185. 186. 188. 191. 192. 196. 197.

203. 204. 209. 212. 221. 223. 225.

231. 237. 243. 248. 251. 254. 256.

272. 279. 352. 362. 381. 384.

Plautus. 18. 22. 31. 38. 39. 72. 90. 107.

126. 141. 143. 146. 150. 188. 225.

237. 320.

Plinius Major. 2. 5. 28. 30. 34. 35.

36. 40. 48. 50. 53. 63. 64. 65. 66. 86.

87. 90. 101. 107. 110. 136. 137. 142.

143. 146. 149. 157. 161. 171. 174.

177. 178. 182. 183. 193. 194. 211.

212. 221. 224. 225. 226. 231. 232.

235. 236. 245. 252. 290. 348. 352.

368. 373. 377. 380.

Plinius minor. 20. 32. 41. 42. 44. 45.

47. 60. 183. 189. 222. 227. 230.

235. 240. 245. 272. 285. 287. 309.

343. 356. 359. 374. 376. 380. 386.

Plinius Valerianus. 106

Plutarchus. 4. 8. 9. 15. 19. 31. 36. 40.

48. 50. 53. 63. 64. 65. 66. 86. 87. 90.

101. 107. 110. 136. 137. 142. 143.

146. 149. 150. 153. 157. 158. 188.

192. 193. 201. 210. 211. 225. 226.

235. 249. 287. 302. 311. 313. 318.

338. 341. 354. 357. 358. 359. 361.

380.

Polybius. 236

Polybus. 10. 248. 250. 274. 284. 306.

Pollux (Iulius.) 33. 38. 48. 52. 74.

91. 99. 121. 123. 137. 144. 160. 165.

200. 203.

Porphyrius. 5. 252

Posidonius. 54. 197. 200. 342. 363

Priscianus (Theodorus.) 39. 312. 316.

319. 322. 368. 373. 378.

Proclus. 56

Propertius. 29. 126. 131. 152. 165.

182. 216.

ELENCHVS AVCTORVM.

Q *Vitilianus.* 119. 171

R.

R *Azes.* 245. 385
Rhodiginus (Calius) 95
Rufus Ephesius. 313. 319. 324. 340. 342

S.

S *Allustius.* 158
Salmeron (Alphonfus) 88
Salvianus. 216
Scaliger. 201
Scribonius Largus. 4. 193. 332. 348
Seneca Philosophus. 4. 26. 35. 38. 43.
49. 50. 54. 58. 67. 86. 92. 94. 95. 96.
109. 118. 131. 149. 159. 161. 177.
197. 228. 231. 240. 359. 372.
Seneca Tragicus. 386
Servius. 21. 79. 83. 104
Sextus Empyricus. 103
Sidonius Apollinaris. 38
Silius Italicus. 175
Solon apud Lucianum. 9. 13. 20. 166.
195.
Sophocles. 287
Soranus Ephesius. 284. 300. 370.
Soficles. 144
Spartianus. 59
Statinus. 43. 49. 94. 175.
Stobaeus. 34
Strabo. 2. 108. 137
Suetonius. 27. 28. 38. 41. 44. 67. 86. 96.
126. 148. 177. 210. 216. 224. 229.
236. 309. 323. 335. 368. 375. 384
Suetonii interpres. 105
Snidas. 21. 37. 94. 118. 159

T.

T *Erentius.* 27. 39. 150. 198
Tertullianus. 27. 107. 110. 144.

229. 230. 240.

Themison. 184. 300. 368
Themistius. 146
Theodoretus. 195
Theophrastus. 67. 161. 162. 164. 209.
278. 286. 321. 325.
Thomas Linacer. 128
Tibullus. 4
Toledus Cardinalis. 80. 81
Turnebus. 66. 220

V.

V *Aleriola.* 124
Valerius Flaccus. 54. 67. 153
Valerius Maximus. 63. 64
Varro. 2. 18. 22. 26. 45. 56. 63. 66.
67. 74. 86. 184. 240.
Vegetius. 13. 53. 98. 158. 160. 174. 175.
176. 177. 183. 188. 196. 197. 239.
Velleius Paternulus. 52. 72
Victorius (Ioan. Baptista.) 168
Victor (Publius.) 58
—— *Petrus.* 168
Virgilius. 39. 81. 82. 153. 165. 175.
218. 237. 310. 316.
Vitalis Medicus. 82
Vitruvius. 17. 20. 22. 23. 27. 29. 30.
32. 38. 41. 42. 44. 45. 46. 47. 48.
49. 50. 56. 59. 60. 63. 85. 108. 125.
159. 165. 176. 181. 182. 183. 279.
280. 281.
Vlpianus. 41. 103
Vopiscus. 179
Vrsinus (Fulvius) 77

X.

X *Enophon.* 9. 42. 91. 98. 118. 119.
139. 140. 142. 183. 184. 188.
213. 218. 223. 226. 239. 242. 244.
254. 256. 279. 335. 362. 385.

I N-

I N D E X

L O C V P L E T I S S I M V S

R E R V M O M N I V M M E M O R A B I L I V M

Q V Æ I N H O C O P E R E

C O N T I N E N T V R.

A.

- | | |
|--|--|
| <p>A Bies est materia curribus facien-
dis apta. pag. 225</p> <p>Abraham ut Deus ab Alexandro
Severo colebatur. 238</p> <p>Academia Platonis. 21</p> <p>Accubitus consuetudo unde manarit.
63</p> <p>Accubitus virorum forma qualis fue-
rit. 64 & seqq.</p> <p>Accumbentium numerus quis esset. 66</p> <p>Accumbentium imagines. 61. 62. 68</p> <p>Achilles suos milites disco exercebat,
ne ocio torpescerent. 166. 177</p> <p>Acidum ructantes vociferatione ju-
vantur. 355</p> <p>Adolescentes cur ad gymnasia acce-
debant. 27</p> <p>Adorantes erecti ex lege stabant. 187</p> <p>Æger nullus ex aliquorum sententia
est exercendus. 266</p> <p>Ægroti priscis temporibus palam ex-
ponebantur, & qua de causa. 2</p> <p>Ægyptus, Homero autore, multas her-
bas ac medicamenta habuit. 1</p> <p>Aër est ex extrinsecus corpori acci-
dentibus. 7</p> <p>Æsculapius Epidaurius multum artem
medicam illustravit. 2. Jaculatio-
nis & medicinæ Deus ab antiquis</p> | <p>habitus. 176. venatione summo pe-
re delectabatur. 242. jaculationi
ab antiquis præpositus. 328. fanis
postpositis, solis morboſis ac lan-
guentibus opem ferebat. 2</p> <p>Ætas in exercitatione est consideran-
da. 274</p> <p>Aglaïtades erravit, risum dicens ne-
que corpori, neque animo prodesse.
213. 362</p> <p>Agonistarcha quis fuerit. 91</p> <p>Albati erant una factio Romana. 221</p> <p>Aldus Manutius juvenis eruditissimus.
233</p> <p>Alexander Severus imperator exerci-
tationis causa aliquando piscaba-
tur. 238. quos Deos coleret. <i>ibid.</i>
ad majorum effigies sacra faciebat.
<i>ibid.</i> ejus exercitia post lectiones
quæ fuerint. 30. idem balnea viro-
rum ac mulierum separavit. 57. fere
semper frigida lavatione utebatur,
raro calida. 44. noluit ingenuos
cursu exerceri. 158. nemora publi-
ca thermis junxit. 182. qua victus
ratione Lampridio autore utere-
tur. 289</p> <p>Alexander Macedonum Rex quid
ante cibi sumptionem ageret. 287
propter cruris vulnus lectica in mi-
litari expeditione utebatur. 375</p> <p style="text-align: right;">D d d Ali-</p> |
|--|--|

I N D E X R E R V M

Alipilus in gymnasiis quis esset, & quid ageret.	94	Andreas Palladius Architectus peritissimus.	23
Alipta quisnam esset.	93	Angina laborantes luctum effugiant.	313
Aloysius Moënicus Francisci F. laudatur.	23	Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest.	14
Ambulatio sub dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celso præfertur.	336	Annæus Gallio sanguinem expuens navigatione sanus factus est.	235
Ambulatio subdialis multas habet species.	<i>ibid.</i>	Antheus secundum Platonem fuit lustrationis artis auctor.	146
Ambulatio sub sole, vel in umbra facta ab authoribus diversis diversimode accipitur.	337	Antiochus medicus quo exercitio uteretur.	272
Ambulatio sub sole minus lædit, quam statio, & qua de causa, ex Aristotelis sententia.	338. 343	Antiochus medicus vehiculo gestabatur.	374
Ambulatio in umbra facta, quænam sit bona.	338	Antiqui bis in die, an semel saturantur.	61
Ambulatio per arbores rore suffusa facta lepram facile inducit, & cur.	<i>ibid.</i>	Antiqui in stratis cenabant.	63
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa.	339	Antiqui omnes voluptates in conviviis excogitarunt.	74
Ambulatio post cenam quibus conveniat.	<i>ibid.</i>	Antiquorum mos vincendi tempora in cena.	69
Ambulationes quænam secundum Aristotelem sint faciliores.	280	Antiquorum studium in cibis ac potibus delicatissimis coquendis magnus fuit.	74
Ambulationes tum ascendendo, tum descendendo factæ qua de causa laudentur.	335	Antiquorum scripta quonam modo interierunt.	213
Ambulationis matutinæ & vespertinæ effectus qui sint.	339	Antiquorum major pars mane vel nihil, vel exiguum quid sumebat.	289
Amicus Bibriciorum Rex cestu claudit, & fuit à Polluce interfectus.	153	Antiquorum major pars in vespere solum saturabatur.	75
Ammon apud Ovidium cestu valuit.	<i>ib.</i>	Antoninus Pius Imperator balneum populo sine mercede constituit.	55
Amphitheatrum quid fuerit apud Romanos 190. cui usui dicatum.	<i>ibid.</i>	Aphorismi Hippoc. explanatio.	275
Amphitheatrorum Titiani, & Veronensis figuræ expressæ.	<i>ibid.</i>	Apodyterium in palæstra quid fuerit.	46
Andreas Baccius vir multæ doctrinæ.	43	Apollini cur Athenienses gymnasium consecrarunt.	8
		Apollo jaculationis & medicinæ Deus ab antiquis indicatus. 176. jaculationi ab antiquis est præpositus, & quare.	328
			Apol-

MEMORABILIVM.

Apollonius ut Deus ab Alexandro Se- vero colebatur. 238	te, occasioneque perficitur. 7
Apoplectici Tralliani sententia lectica uti possunt, & qua de causa. 376	Ars medica qua ratione conjecturalis efficitur & quasi incerta. 290
<i>Aporraxis</i> quid. 123	Artis gymnasticæ definitio. 11. 248
Apoftemata in pectore rupta habentes vociferatione juvantur. 355	ejus finis. 12. ejus apud antiquos existimatio. 14
Apricari quid faciat. 189	Arthriticos deambulatio lenis, & re- missa juvat, & vehemens lædit. 332
Apuleius Celsus in Sicilia quendam à cane rabido morsum curavit. 4	Arthriticos gestatione curabat Ascle- piades. 373
Aqua est ex extrinsecus corpori acci- dentibus. 7	Arthriticos natatio frigida juvat, & qua de causa. 383
Aquæ formido, Pompeio vivente, primo se nobis manifestavit. 4	Asclepiades Prusiensis orator, & me- dicus clarus. 60. per inedium trium aut quatuor dierum multos affectus curabat. 252. infirma corpora vari- is exercitationibus molestabat, ut hominum favorem aucuparetur. 266. 300. lectis, & balneis pensili- bus in ægris curandis utebatur. 231. 377
Aquæ omnes sponte nascentes calidæ sunt Aristotele authore. 381	Asclepiadem Soranus reprehendit, quod phreneticos cantu curare profitebatur. 358
Aquarium quid esset. 49	<i>Assa</i> in balneo quid esset. 46
Aquis medicatis etiam utebantur in lavatione ad voluptatem. 53	Asthmaticos cursu vestibis lancis fa- cto Theodorus Priscianus curabat. 322. Cælius Aurelianus spiritu re- tento. 353. & vociferatione. 355.
Archigenes fuit Hadriani Imperato- ris archiater. 368	Asclepiades gestatione. 373
Archimedes sæpe figuras mathemati- cas in corpore uncto designabat. 34	<i>Athenæum</i> quis locus fuerit. 21
Aristotelis sententia de gymnastica & pædotribica. 11. ejus sententia de arte gymnastica. 14. ejus senten- tia de motu post cibum. 285	Athenienses cur Apollini gymnasium consecrarunt. 8. post Lacedæmo- nas gymnasia invenerunt 21
Ars gymnastica, Galeni sententia, est maxima pars facultatis conserva- tricis. 8. quibusnam rebus per- ficiatur. <i>ibid.</i> quomodo scientia à Galeno vocetur. 11. quidnam cir- ca corpus humanum operetur. 13	Athenienses juvenes quid agerent, ut intrepidi ad vulnera fierent. 195
ad bonum corporis habitum acqui- rendum, ac sanitatem conservan- dam maxime prodest multorum te- stimonio 14. homini est naturalis. 15. quo tempore inceperit. <i>ibid.</i> quomodo ordinem ac regulas ac- ceperit. 17. 89	Athletæ in gymnasio se exercebant. 27. quibus cibus uterentur. 100. quo nomine à Platone vocentur. 101. cur pallidi fiant post labores ex Aristotelis sententia. 108. à ve- nere
Ars conservatoria qualitate, quantita-	

INDEX R E R V M

nere prorsus abstinerebant. 109. ambulationibus non utebantur. 183. adversus palum se exercebant. 196. ex spiritus cohibitione non parum auxilii capiebant. 205. statim post exercitationem potum vitabant, & qua de causa. 287. frequentissime utebantur pugilatu, lucta & pancratio. 316. ostentationis etiam gratia spiritum retinebant. 205
 Athletæ simplici nomine dicti qui sint. 99
 Athletarum victus ratio quæ esset. 105
 Athletarum remunerationes. 13. horum ægritudines secundum Galenum. 109
 Athleticæ finis. 12
 Atrophia laborantes vociferatione liberantur. 355
 Atrophiam gestatione curabant Theodorus Priscianus & Aretæus. 373
 Attonitos aliquo stupore Ætius gestatione curabat. 375
 Author hujus operis cur de gymnasiis scribere sibi proposuerit. 7. 8
 Auditus spiritu retento melior fit. 352
 Aves in aëre stare apparentes an aliquo modo moveantur. 185
 Averroës reprehenditur, qui censuit morbose corpora quotidie ad sudoris initium esse exercenda. 271
 Averroës sententia de iis qui exercitationem dimittunt. 253
 Augustus Imperator lege sancivit, ut milites educerentur ambulatum in mense. 183. scimpodio quandoque vehabatur. 233. folle se exercebat, & quare. 309. in fine deambulationis subsultim currere videbatur. 323. coxendice, femore, & crure sinistro laborans ambulatione in

arenâ, maxime profunda, se exercebat, & quomodo. 335. post cenam lectica lucubratoria utebatur. 375

Aurelianus Imperator thermas hyemales in transyberina regione fecit. 279

Aurium dolorem patientes lucta ledit. 313

Aurium dolore vexatos gestatione Galenus Trallianus & Ætius curabant. 374

Axes curruum ex ulmo, illice, & fraxino fiunt. 225

B.

B Alista quale instrumentum fuit. 176

Balnea multum calida Galeni tempore in desuetudinem abierunt. 50. eadem non eundem finem habent. *ibid.* semper ante solis occasum clauderantur, nec unquam ante auroram aperiebantur ante Alexandri Severi tempora. 58

Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diversa ratione utebantur. 54

Balneis pensilibus Asclepiades in ægris curandis utebatur. 231. à Sergio Orata sunt inventa. 232

Balneis inservientia quænam essent. 43

Balneorum situs secundum Vitruvii sententiam. 49. 50. eorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura. 52

Balneorum aër extrinsecus & intrinsecus. 49

Balneorum hora quæ fuerit. 58

Balneum Gymnasiorum. 43

Bal-

MEMORABILIVM.

Balneum loca constituentia quænam
essent. *ibid.*
Balneum *res quadrantaria* cur vocetur. 54
Baptisterium in balneo quid esset. 44
Bellerophon fuit equitationis inventor. 221
Bigis Plato animas affimilavit. 225
Bigæ in publicis sacris frequentissime certaverunt. *ibid.*
Blondi Forolivienfis error de thermis. 22
Botularii in gymnasiis botulos vendebant. 95
Brachia ; dum quis manibus vacuis currit, quoddammodo convelli videntur. 325
Brachia discus corroborat. 327
Brotheas apud Ovidium cestu valuit. 153
Budæus fallitur. 19
Budæi error. 197
Budæus defensio à Cornario. 162

C.

Cachecticos natatio maritima juvat. 382. & vociferatio. 355
Cælum meridianum quale sit ex Vitruvii sententia. 28
Cæsar Augustus exercitationis causa aliquando piscabatur. 238. 384
Cajus quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus. 2. 3
Calicrates armatus currendo bis vicit. 159
Calidarium in balneo quid esset. 46
Callimachus statuarius *cacirotechnus* cur sit dictus. 161
Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excremen-

torum fit robustior. 251
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur. 267
Calor nimius exercitationes prohibet. 283
Calor natus exercitatione est excitandus & qua de causa. *ibid.*
Calidi homines vel parum vel nihil exerceri debent, & qua de causa. 276. 294
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa. 239
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt. 4
Cantoribus spiritu retento peritonæum rumpitur. 353
Cantus exprimit rerum similitudines. 135. à vociferatione differt. 357
Capita detecta, à sole multum læduntur, & qua de causa. 344
Capite cooperto antiqui sacrificabant. 188
Capite male affectos ex Antylli sententia multa deambulatio juvat. 332. item deambulatio facta calicibus incumbendo. 333
Capitis gravitate laborantes post motum leniter factum levantur, post cursum magis laborant ex Cassii medici sententia unde fiat. 320
Capitis dolorem inveteratum Aretæus manuum gesticulatione curabat. 306
Capitis circumvolutiones vertigines pariunt. 309
Capitis dolorem luctatione jugi & magistro adhibito facta Cælius Aurelianus curabat. 312. & tali dolore laborantes currere vestitos jubebat. 322. & deambulare. 331
Capitis dolore laborantes vehiculo per longam viam Cælius Aurelianus
D d d 3 vehi

INDEX RERVM

vehi debere iudicavit, & qua de
 causa. 375
 Capiti male affecto vociferatio obest. 356
 Caput debile lædit saltatio. 306
 Caput dolens haltere læditur. 326
 Caput læditur ambulatione ex motu,
 & quiete facta, & quare. 333
 Caput maiores nostri fere nunquam
 tegebant. 344
 Carcere detenti qua exercitatione
 possint uti. 253
 Carnes exercitatorum caseo coagula-
 to: non exercitatorum verò caseo
 nondum bene coagulato comparat
 Galenus. *ibid.*
 Carnis multitudinem deambulatio au-
 fert. 331
 Carnis multitudo qua ratione à Cælio
 Aureliano minuitur. 349
 Carnis multitudinem gestatio Cælio
 Aureliano authore, removet. 357
 Cassius iatrosophista Romæ Cornelii
 Celsi ætate medicinam summa cum
 laude exercuit. 320
 Celtæ post cenam pugna umbratili se
 exercebant. 197
 Cenæ consuetudo apud antiquos. 61
 Cenæ hora cur vespertina sit data. 75
 Cenæ initio veteres arctius accumbe-
 bant, satiati *ἰπὶ τὰ πλόγισμα* verteban-
 tur. 65
 Cenaturi antiquitus ad dolores capi-
 tis ex cibo & potu, & ebrietatem
 arcendam lineis vinculis frontem
 & tempora vinctiebant, & cur. 69
 Centauri quinam sint dicti. 221
 Cera digitis emollienda arthriticis
 datur. 174
 Cercio secundum Platonem fuit lucta-
 toriæ auctor. 146

Certamina quomodo inceperint. 15
 Cestipho in gymnasio se exercebant. 153
 Cestuum exercitatio. 152. 316
 Charmis etiam hyeme aqua frigida
 lavari hortabatur ægros. 54
 Chiron venatione summopore dele-
 ctabatur. 242
 Choreia saltationis nomen unde sit or-
 tum. 142
 CHRISTVS ut Deus ab Alex. Se-
 vero colebatur. 238
 Cibi necessitas undenam proveniat. 250
 Cibi superfluitates necesse est, ut è
 corpore effluant. 251
 Cibi pravi non lædunt eos, qui multum
 exercentur, & qua de causa. 252
 Cibi concoctio quomodo cognosci-
 tur. 286
 Cibis mali succi utentes homines quo-
 modo se habeant. 259
 Ciborum satietas vitari debet. 251
 Ciborum inappetentia laborantes le-
 ctus pensilis iuvat. 378
 Cibos fastidientes vociferatione ju-
 vantur. 355
 Cibus post exercitationem non statim
 debet assumi, & qua de causa. 286
 Cinædi unde dicti à veteribus. 141
 Cisius erat vehiculi species. 227. 374
 Claudius Cæsar vehiculo undique te-
 cto primus, & quando est usus. 227
 Claudius Imperator Harpocrati liber-
 to suo concessit, ut per urbem lecti-
 ca vehi posset. 229
 Claudus secundum Platonem quis sit. 14
 Clemens Alexandrinus Antonini, &
 Severi Imperatorum, & Galeni
 tempore Romæ floruit. 146
 Cli-

MEMORABILIVM.

Clitomachus Carthagenensis fuit novæ Academiæ sectator clarus. 106
 Coeliacos manuum gestulatione curabat Aretæus 306. & vociferatione 355. & exercitatione inter myrtos, lauros, & thymum facta. 373
 Coitu usuri vespere non cenabant. 62
 Coitus quosdam lædit, quosdam juvat. 255
 Colicos Ætio auctore lectio alta juvat. 359
 Colicos pilæ lusu Cælius Aurelianus curabat. 310 & cursu. 319 & de ambulatione. 333 & spiritu retento. 331. Asclepiades gestatione. 373
 Commodi Imperatoris filius in palæstra in ægritudinem incidit. 31. 312
 Commodus Imperator jaculatione excelluit. 177
 Comitiales luctam vitare debent. 313
 Concamerata sudatio in palæstra ubinam erat. 24
 Concoctionem impedit exercitatio ex Erasistrati sententia. 250
 Concoctio & à quiete, & ab exercitatione moderate facta multum juvantur. 251
 Concoquentes difficulter vociferatione juvantur. 355
 Conisterium in palæstra ubinam erat. 23. 38
 Conservativa medicinæ pars à quibusdam sola digna videtur, ut nomine medicinæ nominetur. 6. à quibusdam in tres patres est divisa. 7
 Conservativam constituentia quatuor nominibus à medicis comprehenduntur. *ibid.*
 Constantini Imperatoris tempore accipitres edoceri cœperunt. 246

Consuetudinem permutantes valde læduntur. 258
 Consuetudo magna ex parte convenit naturæ exercitati corporis. *ibid.*
 Consuetudo mala quomodo ex Hippocratis sententia sit mutanda. 260
 Consuetudo exercitii quantum proficit. 274
 Consuetudo in omnibus est conservanda. *ibid.*
 Continui solutio quibus rebus accidat. 269
 Continui solutioni nullum motus genus convenit, & qua de causa. *ibid.*
 Continui solutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris convenit. 270
 Convalescentes vociferatione juvantur. 355
 Convulsionibus capiuntur, qui cursu concitato utuntur & quomodo hoc fiat. 321
 Convivis olim frigida, & calida à puero dabatur. 67
 Cornarii lapsus. 162
 Cornibus boum prisca potabant. 69
 Cornelius Celsus jubet, ut in antiquo laterum dolore victu athletico utamur. 111
 Corpora ægra an aliquo pacto debeant exerceri. 266
 Corpora sicca motibus levibus & moderatis uti possunt. 267
 Corpora, quorum unum membrum intemperiem patitur, quomodo sunt exercenda. 268
 Corpora ob malam formationem morbosa, quomodo sunt exercenda. *ibid.*
 Cor-

I N D E X R E R V M

- Corpora in numero morbosa exerci-
tationibus uti possunt. 269
- Corpora ægritudine in situ laborantia
nullo exercitationis genere uti de-
bent, & qua de causa. *ibid.*
- Corpora senum cur multa excrementa
generent. 271
- Corpora senum quibus exercitationi-
bus uti debeant. *ibid.*
- Corpora multa temperata in sua re-
gione inveniri dixit Galenus. 273
- Corpora communiter sana dicta ex-
crementa quotidie generant, ob id
exercitationibus indigent. 274
- Corpora frigida vehementer, & mul-
tum exerceri debent. 277
- Corpora humida excrementis abun-
dant, & ob hoc multa exercitatione
indigent. 293
- Corpora humida à labore suffocari,
hæc Aristotelis sententia quomodo
sit intelligenda conciliator expo-
nit. 277
- Corpora in æstate potius, quam in
hyeme sunt exercenda ex Aristote-
lis sententia. 284
- Corpora quibus temporibus sint exer-
cenda & locis. *ibid.*
- Corpora calida & humida modera-
tis exercitationibus indigent. 294
- Corpora frigida & humida multis, &
vehementibus exercitationibus in-
digent. *ibid.*
- Corpora ab iisdem, quandoque lædun-
tur, quandoque juvantur, prout illis
applicantur. 300
- Corpora induta minus à sole calefiunt
secundum Aristotelis sententiam,
& qua de causa. 344
- Corpora luxata tum hominum tum
quadrupedum natando in artus fa-
cillime restituntur. 383
- Corporibus calidis & siccis nullæ im-
moderatæ exercitationes conve-
niunt. 267. 277. 293
- Corporibus frigidis & siccis exerci-
tationes remissæ conveniunt. 274.
294
- Corporis cornositas multis exercita-
tionibus removetur. 304
- Corporis habitus ab exercitatione
conservatur. 251
- Corporis virtutes per exercitationem
fortiores fiunt, & expeditiores. *ibid.*
- Corporis membra per exercitationem
firmitatem & robur acquirunt. *ibid.*
& 253
- Corporis habitus ab otio destruitur.
251
- Corporum tria genera à medicis con-
siderantur, & quæ. 264
- Corporum sanorum differentias mul-
tas antiqui medici constituerunt.
273
- Corpus humanum quo pacto à diver-
sis disciplinis consideretur. 13
- Corpus humanum quomodo est artis
gymnasticæ subjectum. 14
- Corpus nullum quavis intemperie la-
borans debet vehementi exercita-
tione exerceri. 268
- Corpus perfecta sanitate præditum
potius mente considerari potest,
quam re ipsa inveniri. 273
- Corpuscula à nostris corporibus con-
tinue effluunt. 250
- Coryceum in palæstra ubinam erat.
23. & quid esset. 32. 125
- Corycus quid esset ex Antylli senten-
tia. 123. 309
- Cornarius corycum male follem inter-
pretatus est in Hippocratis ver-
sio.

MEMORABILIVM.

sione. 124. male arguit Budæum.	162	Curfus certamen Elei instituerunt. 158
Coxas debiles saltatio confirmat. 306		Currens ab ambulante quomodo dif-
Coxis ex Hippocratis sententia equi-		ferat. 329
tatio est inimica. 368		Currentes hyeme magis rigent stanti-
Craneum gymnasium apud Corin-		bus, & qua de causa. 283
thios. 21		Currentium spiritus ambelat. 320
Crassi quando cibum debent sume-		Curribus faciendis materia apta est
re. 287		abies. 225
Crateri medici servus horribili quo-		Curribus manu ductis febricitantes, ut
dam morbi genere captus fuit, quo		inquit Herodotus, utebantur, &
carnes ab ossibus cadebant. 5		quantum spacii perficerent. 226
Cratinus poëta cur saltator sit voca-		Curribus omnis generis sani uteban-
tus. 141		tur. <i>ibid.</i>
Crepaturas patientes saltum debent		Curribus testis principes utebantur
vitare. 324. & discum. 328. & spi-		potius, quam apertis antiquitus.
ritum retentum. 353. quomodo		<i>ibid.</i>
fiant. 358		Curru testo Plinius junior propter
Cricilasiæ forma ex Oribasio. 214. ejus		oculorum infirmitatem utebatur.
utilitas. 364		227
Criptoporticis antiqui ad deambu-		Currulis vectatio ab Erichthonio est
landum utebantur, & qua de cau-		inventâ. 224
sa. 336		Currulis vectatio apud mulieres Ro-
Crito medicus Romæ sub Trajano		manas in maximo honore habeba-
floruit. 313		tur. 225
Crudos pilæ lusus lædit. 310		Currulis vectatio apud gymnasticos
Crura infirma saltatio corroborat. 306		æstimata erat. 226
Crurum ulcera haltere Galenus cura-		Currulem vectationem Romani mu-
bat. 326		lieribus abstulerunt, ob nimium
Crustularii in gymnasiis crusta vende-		luxum, postea illis restituerunt, &
bant. 95		qua de causa. 225
Cubistica est prima species saltatio-		Currus multa apud antiquos erant ge-
nis. 118		nera, & quæ, & quomodo similia,
Cunis quomodo in ægris curandis an-		& dissimilia erant. 227
tiqui medici uterentur. 234. 378		Currus duarum rotarum antiquitus
Curativa medicinæ pars ob necessita-		erat in usu. 225
tem prius est inventa, & à quibus-		Currus quatuor rotarum Phryges in-
dam impostura quædam dicitur. 6		venerunt. <i>ibid.</i>
Curæ sanum corpus conservant. 7		Currus sex rotarum Scythæ invene-
Currendi facultas à natura data est		runt. <i>ibid.</i>
animalibus. 157		Currus forma est varia. <i>ibid.</i>
		Curruum certamen in ludos olympios
		quan-

quando sit invecum. *ibid.*
 Cursor quis sit ex Aristotelis sententia. 101
 Cursum pro vertiginosis curandis atque epilepticis Aretæus laudavit. 319
 Cursus Galeni sententia non parum confert ad sanitatem, & bonum habitum. 159. 317
 Cursus quis motus sit. 261. ejus utilitas, & damna. 318
 Cursus tres sunt species ex Antylli sententia. 159
 Cursus apud veteres Græcos quid sit. *ibid.* omnis febricitantibus nocet. 318
 Cursus circularis effectus qui sint, & omnino repudiari debet. 321
 Cursus eos, qui fungos comederunt, & qui à scorpionibus icti sunt, juvat. 319
 Cursus quomodo renes lædat, & juvet. *ibid.*
 Cursus pedes & crura juvat. *ibid.*
 Cursus qua de causa ex Aristotelis sententia caput lædat. *ibid.*
 Cursus à quibus vitari debet. 321
 Cursus in posteriora factus quænam auxilia ex Antylli sententia corporis partibus præstet. *ibid.*
 Cursus per acclivia, & declivia differentiarum. *ibid.*
 Cursus corpore nudo factus quid efficiat. 322
 Cursus quo tempore magis sit faciendus. *ibid.*
 Cursu non in pulvere facto faucium interiorum exulceratio curatur. 319
 Cyrus Persarum Rex corporis labores magnopere æstimavit. 9

D.

D Ares apud Virgilium cæstu valuit. 153
 Deambulatio multas habuit species. 329
 Deambulatio mediocris est magis in usu, & quæ sit. 330
 Deambulatio pauca quibusnam conveniat. 332
 Deambulatio extremis digitis facta lippientibus confert. 333
 Deambulatio tarda quibus conveniat. 331
 Deambulatio quænam sit, quam Hippocrates Avicenna & Haly post cenam probarunt. *ibid.*
 Deambulatio febres auget. *ibid.*
 Deambulatio minorem fatigationem in spirandi difficultate, quam pedibus stare affert. 332
 Deambulatio vehemens corporis tremorem expellit, flatus discutit. *ibid.*
 Deambulatio salubrior quæ sit ex Acumeni medici sententia. 279
 Deambulatione quando uti debemus. 335
 Deambulatione pro infania, & asthma curandis Cælius Aurelius utebatur. 331
 Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes utebatur. *ibid.*
 Deambulationibus loci apti qui sint. 334
 Deambulationis utilitas. 181. 329
 Deambulationis effectus qui sint. 330
 Deambulationum differentiarum, à loco sumptæ quæ sint 334. & earum utilitates & nocumenta, *ibid.* & seq.
 Deme-

MEMORABILIVM.

Demetrius Hermopolita, & ejus laus. 90
 Demosthenes prope maris littus vociferabatur. 210. & ascendendo orationes recitabat, & qua de causa. 334
 Diaulus cursus qui sit. 159
 Dielcystinda. 203
 Diocles est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat. 286. 339
 Diocles reprehenditur, qui epilepsiam spiritu retento curari dixit. 353
 Dionysio Syracusano cibus appositus non delectanti quid coquus responderit. 245 386
 Dioreus adversarium unctum & sine pulvere superavit. 36
 Dioxippus adversarium unctum, & sine pulvere superavit. *ibid.*
 Disci exercitatio fuit antiqua. 165
 ejus utilitas. 327. ejus figura. 167
 Disci exercitatione loco purgationis & phlebotomiæ, si quid impediatur, uti possumus ex Galeni auctoritate. 327
 Discoboli. 102. 167
 Discus quot significat & quæ. 166
 Discus robustis corporibus convenit. 274
 Discus à jaculatione tum in juvenotum in lædendo parum differt. 328
 Discus ab haltere differt. *ibid.*
 Dolentibus varius sermo subvenit. 357
 Dolichus cursus quis sit. 159
 Domitianus Imperator jaculatione excelluit. 177. locum pro vocis exercitatione instituit. 210

Dorsum discus corroborat. 327
 Dorsum debile habentes erecti stare non debent, & qua de causa. 340
 Dracunculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent. 5
 Dropax quid sit. 275
 Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ solvuntur. 262. 263
 Duellum à quo sit inventum, & cui pugna antiquorum generi respondeat. 347

E.

Elæothesium in palæstra ubinam esset. 24
 Elleborum qui sumpserunt gestatione in lectica facta juvantur. 376. & in lectis pensilibus. 378
 Elephantiasis Ægypto familiaris quo tempore Italiam innotuit. 4
 Elephanticos usu coryci Aretæus curabat. 309. & vociferatione. 355
 Celsus deambulatione. 332. Asclepiades gestatione. 373
 Elephanticos natatio maritima juvat. 382
 Entellus apud Virgilium cestu valuit. 153
 Ephebus Athenis serpentem pusillum, & statim ambulantiem cum semine emisit. 5
 Ephebæum in palæstra ubinam erat, & quantum. 23
 Epilepsia insolatione moderata secundum methodicos curatur. 343. gladiatori jugulati sanguine epoto secundum quosdam curatur. 348
 E e e 2 spi.

INDEX R E R V M

- spiritu retento Cælio Aureliano a-
 thore non curatur. 353. quo pacto
 vociferatione curetur. 356
 Epilepticis vehiculo per longam
 viam vehi non conducit Cælio Au-
 reliano auctore. 374
 Epilepticis cursus vehemens ex Theo-
 dori Prisciani sententia nocet. 319
 Epilepticis Antyllo auctore natatio
 omnis obest. 382
 Epilepticos gestatione Galenus Tral-
 lianus & Ætius curabant. 376
 Epilepticos Aretæus curabat manuum
 gesticatione 306. lædit deambula-
 tio. 334
Episcyrus lusus quis. 121
 Equitatio an sit exercitatio. 114. est
 motus mixtus secundum Galenum.
 224. 367. quid efficiat & ejus in-
 ventor. 220. 221. semper in ho-
 nore est habita. *ibid.* & 223. ejus
 utilitates, & damna. 361. & *seqq.*
 Equitatio succussante equo facta quid
 efficiat. 369
 Equitatio per asturcones equos facta
 quid efficiat. *ibid.*
 Equitatio an sit gestatio. 371
 Equitationis per gradarios equos fa-
 cta effectus. 361
 Equitantes cur aliquando lachrymas
 emittant. 370
 Erastrati rationes solvuntur. 286 &
infra.
 Erasistratus missionem sanguinis è
 medicina auferendam, atque etiam
 omnem exercitationem inutilem
 ad sanitatem judicavit. 249. 250
 Erastrati rationes quatuor, quibus
 exercitationem inutilem esse ad sa-
 nitatem dixit. 250
 Erastratus per inediam trium aut
 quatuor dierum multos affectus cu-
 rabat. 252
 Erasistratus est damnandus, qui mul-
 tos ægrotos deambulationibus post
 cibum exercebat. 286
 Erasistratus male à Cælio reprehendi-
 tur, qui paralyticos deambulatione
 in locis arenosis facta exercendos
 judicabat. 336
 Erasmi error. 205
 Erecti stantes quodammodo moven-
 tur. 186
 Erectum stare an sit exercitatio. 185
 utilitas & nocumenta. 340
 Erectum stare ante cibi sumptionem
 quomodo juvat. 189. 342
 Erectum stare multas habet differen-
 tias, & unde capiantur. 341
 Erectum stare post cibos sumptos
 quid faciat. 188. 342
 Erichthonius currulem vectationem
 invenit. 224
 Erysimachus medicus ad singultum
 curandum spiritus cohibitione ute-
 batur. 204
 Esculenta tum cibi tum remedii causa
 ægrotis exhibentur. 7
 Euphorbus Jubæ regis medicus, &
 Antonius Musa fratres usum aquæ
 frigidæ post balnea calida monstra-
 runt. 24
 Euripidis sententia de athleticis. 103.
 104
 Excrementa diversis modis è corpori-
 bus auferuntur. 250. & *infra.* in
 corporibus detenta multas morbo-
 rum species generant. 251. 255
 274. 276
 Excrementa ante exercitationem è
 corpore expelli debent. 286
 Excrementa in hyeme cur pauca ge-
 neren-

MEMORABILIVM.

nerentur.	284	Exercitatio quosdam lædit , quosdam	
Exercentes se sub sole magis incal-		juvat.	255
escunt quiescentes , quam qui mo-		Exercitatio assuetis convenit , non au-	
ventur, & qua de causa.	282	tem inassuetis secundum quosdam.	
Exercitandi tria debent observare.			257
	286	Exercitatio præparatoria secundum	
Exercitati statim post exercitationem		Galenum quæ sit.	260
nullum cibum , aut potum debent		Exercitatio curativa quæ sit , & quan-	
sumere , & qua de causa.	286	do ea uti debemus.	<i>ibid.</i> & 303
Exercitati statim post exercitationem		Exercitatio simplex quæ sit , & ejus	
vestes madefactas debent deponere ,		species.	260. 261. 303
idque in loco tepido , & moderato.	298	Exercitatio eorum , qui vitam temperatam degunt , quanta esse debeat.	
Exercitati non statim post exercita-			293
tionem debent quiescere , nec cibum aut potum sumere.	<i>ibid.</i>	Exercitatio proprie dicta species habet.	<i>ibid.</i>
Exercitatio vilissima quæ sit ex Galeni sententia.	242	Exercitatio secundum Hippocratem per additionem fieri debet.	271
Exercitatio concoctionem impedit ex Erasistrati sententia.	250	Exercitatio bonum habitum inducit , & sanitatem conservat.	273
Exercitatio nativum calorem , & humidum lædit , Erasistrati sententia , & per consequens sanitatem consumit.	<i>ibid.</i>	Exercitatio nulla debet esse aut violenta , aut immodica.	274
Exercitatio corporis habitum conservat.	251	Exercitatio omnis in loco salubri fieri debet.	282
Exercitatio laborem conjunctum habet.	252	Exercitatio ex medicorum sententia semper ante cibum à sanis fieri debet.	285. 289. 339
Exercitatio calorem naturalem auget , unde fit , ut ipse mediocritatem transeat.	<i>ibid.</i>	Exercitatio ante cibum duplicem utilitatem affert.	285
Exercitatio superfluos humores consumit.	253	Exercitatio non debet fieri , ubi stomachus est valde vacuus , & qua de causa.	286
Exercitatio cunctis hominibus indifferenter convenit secundum quosdam.	254	Exercitatio duo requirit , membrorum robur , & caloris augmentum.	291
Exercitatio sanitatem præstat.	255	Exercitatio Socratis senis quanta esset.	292
Exercitatio excrementa expellit è corpore.	<i>ibid.</i>	Exercitatio virorum quanta esse debet.	<i>ibid.</i>
Exercitatio cunctis ante cibi sumptionem convenit.	<i>ibid.</i> & <i>seq.</i>	Exercitatio puerorum quanta esse debet.	<i>ibid.</i>

I N D E X R E R V M

Exercitatio fortium hominum quanta esse debeat, & debiliū. <i>ibid.</i>	Exercitationem omnem Erasistratus ad sanitatem inutilem iudicavit.
Exercitatio senum minor esse debet, quam cum iuvenes essent. <i>ibid.</i>	249
Exercitatio hyeme facta citra sudo- rem fieri debet. <i>ibid.</i>	Exercitationem iuvenes, quando de- beant incipere. 296
Exercitatio vere facta usque ad sudo- rem fieri debet. <i>ibid.</i>	Exercitationem viri quando debeant incipere. <i>ibid.</i>
Exercitatio Autumno facta minor esse debet ea, quæ æstate fit. <i>ibid.</i>	Exercitationem antequam inciperent antiqui quidnam facerent. <i>ibid.</i>
Exercitatio inassuetorum quæ & quanta esse debet. 294	Exercitationem statim post cibum ne- mo debet incipere. 297
Exercitatio immodica omnibus no- cet. 295	Exercitationem antequam quis inci- piat, quidnam facere debeat. 300
Exercitatio prius remissè, ac debiliter incipi debet, deinde paulatim au- geri. 298	Exercitationes corpus conservant sa- num. 8
Exercitatio incontinentium, quæ- nam esse debeat. 293	Exercitationes quomodo corpori sa- no utilitatem, Galeni & Avicennæ sententia, præsent. <i>ibid.</i>
Exercitatio cum pulvere quid opere- tur. 304	Exercitationes opportune factæ mul- torum errores corrigere possunt. 248. 249 & multa bona præstare. 253. 256
Exercitatio cum oleo facta quid effi- ciat. 303	Exercitationes possunt morbos in quantitate auferre. 268
Exercitatio magna, vehemens, re- missa, & aliæ à quantitate sumptæ, quid in nostro corpore agant. <i>ibid.</i>	Exercitationes à quibus vitari de- beant. 276
Exercitatio fieri non debet, nisi post cibi coctionem. 310	Exercitationes consuetæ in senectute congruunt. 292
Exercitatio capite inclinato facta quos lædat. 365	Exercitationes multæ oculorum acu- mini obsunt. 304
Exercitati cur à frigida lotionem aut potione læduntur. 287	Exercitationes quænam quibus tem- poribus ex Hippocratis sententia fieri debeant. 314
Exercitatione præparatoria quando, & quomodo uti debemus. 260	Exercitationis definitio secundum Galenum. 112. Avicennam. 113 Averroë. 114. secundum Mer- curialem. <i>ibid.</i>
Exercitatione lassitudo semper est vi- tanda. 292	Exercitationis divisio secundum Pla- tonem. 119
Exercitatione præparatoria multi post coitum meridianum qua de causa uterentur. 302	Exercitationis differentia unde su- mantur. 248
Exercitationi peragendæ, qui modus est adhibendus. 295	Ex-

MEMORABILIVM.

Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ. 249

Exercitationis necessitas, & utilitas, 250

Exercitationis factæ post cibum nocumenta, quæ sint. 286. 339

Exercitationis terminus duplex est. 291

Exercitationis terminus est famis sensus. 292

Exercitationis excessum laudat Aristoteles magis, quam defectum: in cibo e contra. 295

Exercitationis immodicæ signa. *ibid.*

Exercitationis particularis cognitio, sine universali cognitione, nullam affert utilitatem, & contra. 299

Exercitationis modus & ordo totus quisnam sit. 298

Exercitationis mos apud antiquos diversus fuit ab eo, qui nunc est in usu. 296

Exercitationibus homines naturaliter inclinantur. 254 & 256

Exercitationum tres sunt primæ differentiæ. 260. 302

Exilitio saltus species cursui assimilatur, & ejus effectus. 323

F.

FAbularum recitatores vocis exercitationi operam dabant. 208

Factionum studiosi homines equorum suæ factionis stercora odorabant, & qua de causa. 221

Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ *ibid.* Vnde sint ortæ. 222

Febre acuta laborantes ab omni motu

sunt removendi ex Galeni sententia. 267

Febres sæpe contingunt, quia consuetæ exercitationes dimittuntur. 274

Fertorium quid esset. 229

Flavius Vespasianus dicebat, *Imperatorem stantem mori debere.* 188

Fletus nocumenta. 363

Fluxionem in dentes, gingivas, columellam, aut in totum caput patientes, luctam debent omnino vitare. 314

Fœtus humanus in utero matris paucioribus ligamentis detinetur, quam fœtus irrationalis, & qua de causa. 323

Follis pila quænam esset. 126. utilitas. 309

Fornacatores in gymnasiis quid agerent. 95

Fossio est exercitatio & opus. 263

Fossores qua de causa à victu inordinato, & pravo non lædantur. 293

Frigida lavatio in palæstra ubinam erat. 23. 44

Frigida lavatione cur uterentur post calidam. 44

Frigidarium in palæstra ubinam erat. 24. 44

Frigidum quodcunque statim post exercitationem sumptum, jecur, ventrem, & alias partes lædit. 287

Frigus nimium quid in nostra corpora agat. 283

Funambuli. 199

Fundæ inventores Phœnices fuerunt. 174

Fuchsi error. 124
Gale-

INDEX R E R V M

G.

G Aleni tempore in palæstra pueri
exercebantur. 31
Galenus tempore omnes homines quo-
tidie lavabantur. 43
Galenus patria temperata fuit. 279
Galenus anno ætatis suæ trigesimo lu-
xationem summi humeri in palæ-
stra passus est. 27
Galenus paulo post Senecam, & Plu-
tarcum floruit. 50
Galenus gladiatorum medicus à Pon-
tifice suæ civitatis fuit electus. 193
Galenus ut se exerceret, ligna frange-
bat, & hordeum in pila tunde-
bat. 263
Galenus obesum corpus veloci cursu
curavit. 275
Galenus judicat radios solis magnas
capitibus humanis noxas asferre.
337
Gallica lues nostris temporibus appa-
ruit, priscis ignota. 5
Galli venatores helleboro sagittas in-
ficiebant. 245
Genibus infirmis deambulatio per ac-
clive facta nocet, & qua re ex Ari-
stotlis sententia. 334
Genitalia membra flatibus oppressa
lucta sanat. 312
Germanicus Tiberii Imperatoris ne-
pos qua causa equitatione uteretur.
224. 368
Germanicus equitationis beneficio à
crurum tenuitate fuit liberatus. 269
368
Gestatio est debilis exercitatio, qui-
bus conveniat, & advesetur. 372
Gestatio in mari perturbato omnino

est fugienda. 381
Gestatio in mari tranquillo facta quid
efficiat. 380
Gestatio sine additione accepta quo-
modo ab authoribus capiatur. 373
Gestatio vehiculo facta quibus con-
veniat, & quibus non conveniat.
ibid.
Gestatio morbis diuturnis prodest.
374
Gestatione in quibus morbis curandis
Asclepiades uteretur. 372
Gestatione in quibus morbis curandis
Galenus uteretur. 374
Gestatione sella, & lectica facta ægri
uti possunt morbo jam inclinante.
377
Gestationis multæ sunt species. 372
Gestationis in alto mari factæ effectus.
380
Gymnasia nullus antiquorum scripto-
rum sufficienter tractavit. 7. 8
Gymnasia quænam fuerint. 19
Gymnasia quare, & à quibus primum
sint inventa. 20
Gymnasia diebus festivis magis fre-
quentata erant, & quare. 28
Gymnasiarchus quisnam esset. 90
Gymnasium cur antiqui Tiberi pro-
pinquum effecerint. 53
Gymnastes quis esset, & ejus onus. 91
Gymnastica quid sit, & quotuplex sit.
9. ad medicum pertinet. *ibid.* ad
sanitatem multa bona, & commoda
affert. *ibid.* quomodo à Pædotri-
bica differat. 10. unde sit dicta. 18
Gymnastica ars apud Græcos solum in
usu fuit, & quo tempore ad Roma-
nos accessit. 18. proprios habuit
autores, quorum opera fuit illu-
strata. 89
Gym-

MEMORABILIVM.

Gymnastica medica saltationes non respuit. 119
 Gymnastica vitiosa quæ sit. 100. Galeno vituperata. *ibid.*
 Gymnastica principaliter circa sanitatis conservationem, consequenter vero circa sanitatis curationem versatur. 301
 Gymnasticæ artis effectus. 97
 Gymnasticæ bellicæ finis. *ibid.*
 Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ. 118. 224
 Gymnasticam & medicinam contrarias esse cur dixerit Hippocrates. 9
 Gladiator eximius fuit Commodus Imperator. 195
 Gladiatores apud Romanos qui essent, & eorum absurdi mores. 193
 Gladiatores diversi ab athletic. 102
 Gladiatores usque ad mortem intrepide pugnabant. 193
 Gladiatores hordiarum vocabantur, & quare. 194
 Gladiatores sanguinem ex vulneribus adversarii bibebant, & quare. 194
 Gladiatores post pugnam cinerem pro medela potabant. *ibid.*
 Gladiatores cujus ordinis ex hominibus fuerint. *ibid.*
 Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. *ibid.*
 Gladiatorum detestatio ex D. Cypriano. *ibid.*
 Gladiatorum certamina expressa. *ibid.*
 Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur. *ibid.*
 Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi. 195
 Glaucus Carystius pugilator excellentissimus. 150. 195

Graciles quiete uti debent. 275
 Guljelmus Choulus de antiquorum exercitationibus scripsit. 31
 Guljelmus Choulus erravit existimans discum esse pilam rotundam in medio perforatam. 171. 197
 Gordianus Junior Imperator Thermas æstivas fecit. 279

H.

H Abitus corporis in exercitatione considerandus. 274
 Hadrianus Imperator lavabatur, ubi & plebs. 28. cursum Nemiæ & Isthmicis certaminibus restituit. 158. lege sancivit ut milites in mense ambulatum educerentur. 183
 Halteres quale instrumentum fuerit, ex Oribasii sententia. 171. utilitas eorum & damnum. 325
 Haltere loco purgationis & phlebotomiæ exercitatio fieri aliquando potest, si quid impediatur. 326
 Haltere antiquorum etsi nos caremus, loco tamen ipsius aliis instrumentis uti possumus, & iidem effectus sequuntur. 326. & seq. 327
 Halteristarum imagines. 173
 Hæmorrhoidas saltus provocat. 324
 Harpocrati liberto Claudius Imper. concessit, ut per urbem lectica veheretur. 229
 Heliogabalus Imperator quibus piscinis lavaretur 44. balnea viris ac mulieribus promiscua extruxit. 57
 lectos argenteos habuit. 73
 Heliogabalus Imperator curribus animalia monstrosa, & aliquando foeminas nudas junxit. 225
 F f f Helio-

I N D E X : R E R V M

- Heliogabalus Imperator Naumachias
 in Euripis vino plenis exhibuit. 236
 Hepatica affectio quædam in Meloniis
 apparuit, quæ miros affectus parie-
 bat, ea laborantibus. 5
 Hercules invenit morem tegendi pu-
 denda in certaminibus. 111
 Hermeum quis locus fuerit. 21
 Hernia laborantes recti stare vitent.
 340
 Hernia quomodo generetur. *ibid.*
 Herodicus Selymbrianus post Æscula-
 pium artem medicam multum auxit
 & illustravit. 2
 Hidropisim lucta, vel palæstra Oriba-
 sius curabat. 312. Cælius Aurelia-
 nus vociferatione. 355
 Hydropici continuis exercitationibus
 ex sententia Theodori Prisciani cu-
 rari possunt. 316. itemque cursu. 319
 & vociferatione. Cælius. 355
 Hydropicis vociferatio prodest. *ibid.*
 Hydropicos gestatione Ætius cura-
 bat. 375
 Hydropici Tralliani sententia lectica
 uti possunt, & qua de causa. 376
 Hydropicis maritima natatio prodest.
 382
 Hyeme minus, æstate plus exerceri de-
 bere quidam judicaverunt, & qua
 de causa. 284
 Hippocrates duas medicinæ partes
 curativam, & præservativam ad
 summum perfecit. 5
 Hippocrates voluit omnia fieri ex
 αἰσθητικῶν. 205
 Hipp. judicat, solis radios capitibus
 humanis magnas noxas afferre. 337
 Hippo. Herodici Selymbriani disci-
 pulus artem medicam illustravit. 24
 Hippocratis tempore balnea publica
 aut privata rara erant ædificata. 43
 Hipp. præceptum de sanitate tuen-
 da. 108
 Hippoc. sententia de homine come-
 dente, & non laborante. 251
 Hipp. patria temperata fuit. 279
 Hippolytus venatione utebatur, ut vir-
 ginitatem conservaret. 386
 Hypocaustum & laconicum non idem
 fuerunt. 49
 Hypocaustum balneo serviebat. *ibid.*
 Histriones vocis exercitationi operam
 dabant. 208
 Histriones infibulabantur, & quare.
 209
 Homeri tempore Gymnastica ars prin-
 cipium quoddam habuit. 15
 Homines nasci propensos ad Musi-
 cam & Gymnasticam quomodo co-
 gnoscitur. *ibid.* 115
 Homines cujuscunque ætatis illas ex-
 ercitationes vitare debent, à quibus
 læduntur. 273
 Homines cur aliqui sedendo macre-
 scunt, aliqui pinguescunt. 276
 Homines excrementosi & calida tem-
 perie præditi sedendo pingue-
 scunt. *ibid.*
 Homines excrementosi & frigida tem-
 perie præditi sedendo macrescunt.
ibid.
 Homines, qui ante cibos, & ordinate
 se exercent, non indigent ita exqui-
 sita victus ratione, ut illi, qui non se
 exercent. 300
 Homines ignari dum legere incipiunt,
 cur somno capiantur. 360
 Homines excellentes, dum legunt,
 somno non capiuntur, & qua de
 causa. *ibid.*
 Homo comedens, & non laborans sa-
 nus vivere non potest. 251. 276
 Hora, qua sani homines cibum sumere
 debent,

MEMORABILIVM.

debet, quænam sit. 289
 Horæ diei Romæ quomodo, auctore
 Martiali, dispensarentur, & quo-
 modo auctore Horatio. 289
 Horarum consideratio ab antiquis,
 Galeno auctore quomodo fieret. 290
 Hordeum militibus, qui parum profe-
 cissent, pro frumento dabatur. 13
 Humidum naturale à superfluitatibus
 turbatur, & inficitur. 253
 Humores crudos in stomacho aggre-
 gatos saltatio dissipat. 306

I.

Iacobus ob nervum latum inter lu-
 ctandum læsum, in posterum ab
 esu nervorum abstinuit. 312
 Iaculationis species duas fecit Plato.
 175
 Iaculationis instrumentorum inven-
 tor. 177
 Iaculorum inventor quis fuerit. 178
 Ianitores in gymnasiis quid agerent.
 95
 Ianus Cornarius Platonem latinum fe-
 cit. 280
 Isterici omnes sapes amarus judi-
 cant. 333
 Iecorosos natatio maritima juvat. 382
 Iesuitarum laus. 89
 Imitationis species secundum Aristo-
 telem. 136
 Impuberes singulari certamine certa-
 bant. 195
 In autumno hora vespertina cibus su-
 mi debet, & qua de causa. 288
 In balneis ædificandis quanta fuerit
 privatorum hominum diligentia. 43
 In cubone multi Romæ aliquando
 periere. 372

In gymnasia varia hominum genera
 conveniebant. 22.26
 In hyeme hora vespertina cibus sumi
 debet, & qua de causa. 288
 In morbis intermittentibus motiones
 aliquando sunt utiles ex Hippocra-
 tis & Aristotelis sententia. 267
 Infanientibus in morbi declinatione
 musicus cantus subvenit. 357
 Insolatione antiqui multis modis ute-
 bantur. 343
 Intemperantia multa morborum ge-
 nera hominibus attulit. 1.4
 Intemperies est duplex. 265
 In vere hora meridiana cibus sumi de-
 bet, & qua de causa. 287
 Ioannes quomodo recumberet supra
 pectus Domini. 68
 Ioannes Baptista Rhamnusius. 66
 Ioannes Vincentius Pinellus laudatus.
 23
 Ira corpus sanum conservat. 7
 Ischiadicos cursus liberat. 319
 Isthmici ludi in isthmo agebantur. 17
 Iudæi cur à nervorum esu abstinerent.
 313
 Iulianus quidam sanguinem evomens
 quomodo oraculo monstrante fue-
 rit sanus factus. 3
 Iuliani Imperatoris privilegium Me-
 dicis concessum 6
 Iuvenes omnibus fere motibus sunt
 apti. 274
 Iuvenes, si plus consueto laborent,
 convulsionibus fortibus magis
 quam senes tentantur. *ibid.*

L.

Labor nimius pallores inducit, &
 qua de causa. 108
 F f f 2 La-

I N D E X R E R V M

Labor ex Erasistrati sententia est naturæ nostræ inimicus, & jucunditatem à sanis aufert. 250
Laboribus inaffuetos aliquando exercere debemus, & qua de causa. 258 294
Labores moderati quibusnam corporibus convenient. 277
Labores vehementes quibusnam corporibus convenient. *ibid.*
Lacedæmonii venatione se exercebant. 245
Lacedæmonas damnat Aristoteles quod pueros nimis laboribus affligebant. 292
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inferretur. 95
Laconicum & tepidarium non sunt idem apud Vitruvium. 47
Laconicum & hypocaustum non idem fuerunt. 49
Languidis vociferatio succurrit. 355
Lassitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obsit. 332
Lecti apud antiquos varii erant. 73
Lectus fulcra mobilia habens quid sit. 231. 378
Lectis pensilibus pro ægrotorum exercitiis antiqui medici utebantur. 231. 377. quid essent, & quomodo fierent. 232
Lectis pensilibus, Celso auctore, quando uti debemus. 378
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante cibum, quam à cibo prodest. *ibid.*
Lectica quare est inventa. 227. & quot numero servi eam portarent. 228. & *infra*, ejus usus. 230
Lectica per urbem gestari libertis erat vetitum. 229

Lectica nostra cui antiquorum fellæ correspondeat. 230
Lectica in languentibus antiqui medici utebantur. *ibid.* & 376
Lectica à sella differebat. 230. 378
Lectica multi usus apud antiquos fuit. 375
Lectica, in ea sedentes, quinam uti possint. 376
Lectuli pensilis agitatio quamdiu fieri debeat. 232
Lectio quomodo fieri debeat. 359
Lectione remissa post ciborum summptionem uti possumus. 360 & *seq.*
Lectonis species, & earum ad sanitatem usus. 359
Lenti labores quibusnam corporibus convenient. 278
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur. 376
Leucophlegmatia corpus totum deturpat. 268
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant. 2
Libarii in Gymnasiis liba vendebant. 95
Libertis erat interdictum quominus per urbem lectica veherentur. 229
Lycaum Aristotelis. 21
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manibus in altum sublatis exercitaretur. 201
Lycurgus jussit virginum corpora lutationibus, cursibus, & hujusmodi aliis exerceri. 313
Lienosos, natatio maritima juvat. 382
Loca ad Septentrionem & Orientem spectantia sunt salubriora iis, quæ ad Meridiem & Occasum spectant, & qua de causa. 278
Loca

MEMORABILIVM.

Loca prope paludes & stagna, & hujusmodi alia sunt mala. 281	Luctæ præfectus, & ejus onus. 93
Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem spectantia sunt mala. <i>ibid.</i>	Luctam Galenus artis gymnasticæ minimam partem esse judicavit. 143
Loci ad exercendum apti sunt tres conditiones, & quæ. 278. 282	ejus apud antiquos magnus usus fuit. 311
Locorum vis quantum possit. 278	Luctam nostro tempore exercent rustici, quomodo apud antiquos athletæ exercebant. <i>ibid.</i>
Locus, ubi vocis exercitatio fiebat, qualis esset. 210	Luctator quis sit ex Aristotelis sententia. 101
Locus, in quo exerceri debent homines, hyeme calidus, æstate frigidus esse debet. 282	Luctatores quidnam agerent, antequam luctarentur. 143
Locus Consularis in triclinio quis. 66	Luctatores vocabantur veri athletæ
Locutio est debilis exercitatio, quibus conveniat, ejus utilitas, & noticula. 360. & seq.	Luctatoriæ artis auctores, qui fuerint. 146. 158
Longa ambulatio humiditates excipiat. 333	secundum Galenum. 150
Longus funis quid sit Cælio Aureliano. 216. 234	Luctatorum imago. 145
Lotiones corpus sanum conservant. 7	Ludi omnes antiquorum cur sint instituti. 12
Lucius quidam lateris dolore laborans, quomodo oraculo monente fuerit illo liberatus. 3	Ludi Baccho dicati ἀσκήσια dicti. 165
Lucta fines tres habuit. 146. quatuor modis fieri potest. 311	Ludi matutini qui essent, & qui magni. 95. & seqq.
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præstet. <i>ibid.</i>	Ludorum exercitatoribus quis honor daretur. <i>ibid.</i>
Lucta habentibus crura debilia nocet. 313	Ludorum victores quomodo honorarentur. 17
Lucta qua ratione pectori nocet. <i>ibid.</i>	Ludum cur inter athleticas exercitationes enumeravit hujus operis author. 125
Lucta remissa facta quid corpori præstet. <i>ibid.</i>	Lugentibus varius sermo succurrit. 357
Lucta super pavimento facta quam corporis utilitatem afferat. <i>ibid.</i>	Lumbis male affectis lucta nocet. 313
Lucta in pulvere facta carnis plenitudinem removel. 313	Lumbos discus corroborat. 327
Lucta ex sententia Galeni est perquam exigua pars gymnasticæ medicæ. 314	

M.

M Achaon venatione summopere delectabatur. 242
Magni Pompeii post ætatem homines toto corpore ac singulis diebus lavari cœperunt. 58

INDEX R E R V M

Manuum gesticulatio ad sanitatem
conservandam conducit. 141

Manucondiata avis carens pedibus
semper in aere permanet, nec in
terram nisi mortua cadit. 185

Manuum gesticulatio humores atte-
nuat. 306

Marcus Aurelius Asclepiades, & ejus
laus. 60

M. Aurelius Antoninus Impera-
tor balnea virorum, ac mulierum
separavit. 57

Marcus Antonius Imperator valetudi-
nis studiosissimus quid ante cibi
sumptionem ageret & qua hora ci-
bum sumeret. 288

Marcus Tullius stomacho laborans
exercitationibus opportunis conva-
luit. 249

Marcia fons haustu erat jucundissima.
58

Mare est ex extrinsecus corpori acci-
dentibus. 7

Mare insignem salubritatem quare
efficiat. 235

Maria Magdalena quomodo staret re-
tro pedes Christi cenantis. 67

Marina aqua majora pondera, quam
dulcis sustinet, & qua de causa. 241
& seq.

Marius varicibus laborabat, & qua de
causa. 341

Marsilii Ficini error in Platonis
translatione. 42. 279

Martialis exercitia dum ruri morare-
tur 264

Materia, qua lavabuntur, quænam
esset. 43

Mecœnas Messius triennio siluit, &
qua de causa. 361

Medea secundum Diogenem sapiens

fuit, non venefica, & quomodo. 9

Medicinæ quando opus non erat. 1

Medicinæ partes, cum sint diversæ,
diversa etiam nomina sortitæ sunt. 7

Medicus quomodo corpus humanum
consideret. 13

Medicus est artifex res sensatas tra-
ctans. 273

Medicamenta quosdam juvant, quos-
dam lædunt. 255

Mediastini in balneis quid facerent.
33. 93

Melancholicos lucta Theodorus Pri-
scianus curabat. 312

Melancholici, dum legere incipiunt,
cur somno capiantur. 361

Melancholiam Theodorus Priscianus,
& Aretæus gestatione curabant.
373

Melchior Guilandinus Laudatus. 23

Membra corporis per exercitationem
robur & firmitatem acquirunt. 251.
252

Mensæ apud antiquos prope balneum
erant sitæ, & qua ratione. 71

Mensæ & lecti simul apud antiquos
parabantur. *ibid.*

Menstrua sanitatem corrumpunt. 56

Menstrua saltus evocat. 324. & deam-
bulatio. 331. 333

Mentagra ægritudo Plinii ætate nobis
innotuit. 5

Messores qua de causa à victu inordi-
nato & pravo non lædantur. 293

Methodi universales ex Galeni sen-
tentia nisi particularibus specula-
tionibus jungantur parum juvant.
247

Militaris disciplinæ cupidi gymnasia
ingrediebantur. 27

Milo

MEMORABILIVM.

Milo Crotoniata vir robustissimus. 98.
quantum comederet. 106. quomodo
robur ostenderet. 187. 349
Mecænas primus natatoria calidarum
aquarum in urbe construxit. 241
Moderati labores quibusnam corpori-
bus conveniant. 277
Morbi quo tempore non vigeant. 1
Morborum tria sunt genera, & quæ.
264
Morbus in intemperie, & ejus spe-
cies. 265
Morbus in mala partium formatione
qui sit, & quomodo fiat. *ibid.*
Modus intempestivus concoctionem
corrumpit. 251
Motus omnis moderatus cunctis cor-
poribus convenit. 274
Motus intercisus minorem lassitudi-
nem membris affert, & qua de cau-
sa. 303
Mortui in gymnasiis apud antiquos
sepeliebantur. 21
Mulieres post Hippocratis ætatem
podagra propter malam victus ra-
tionem laborare cœperunt. 4
Mulieres apud antiquos non accum-
bebant. 63
Mulieres cum viris quo tempore ac-
cumbere cœperunt. 64
Mulieres modo à viris diverso accum-
bebant. *ibid.*
Mulieres frequentissime saltationi da-
bant operam. 142
Mulieres Lacænæ quo saltu uterentur.
137. 161
Mulieres quænam vitam magis sanam
& minus molestant degunt. 277
Mulieres quænam faciliter pariunt. *ib.*
Mulierem prægnantem lædit saltatio.
306. 323

Mulieribus prægnantibus pica obfes-
sis vociferatio prodest. 355
Mulieribus parturientibus vociferatio
prodest ex Alexandri sententia.
ibid.
Musicam Plato Gymnasticæ contra-
riam esse dicit. 212

N.

Natationem cursui comparat Ari-
stoteles. 240
Natatio semper in honore apud vete-
res fuit. 238. 381
Natationis locus quid sit. 240. 241.
ejus species. 381
Natatio quibusdam ægritudinibus ex
Antylli sententia, & Galeni conve-
nit. 239
Nataturi quid agere debent, ante-
quam natent. 240
Natatio inter exercitationes numera-
tur. 239
Natationem cur antiqui addiscerent.
239. 381
Natatio in fluvio facta somnum indu-
cit. 381
Natationem in aquis sponte nascenti-
bus factam Antyllus improbat.
ibid.
Natatio perniciosissima quæ sit. 382
Natatio sub dio facta quid operetur.
ibid.
Natatio facilius in mari quam in flu-
viis fit Aristotele auctore. *ibid.*
Natatio calida indurata emollit, &
frigefacta calefacit & ejus nocu-
menta. 383
Natatio frigida calorem naturalem
validum efficit, & concoctionem
adjuvat. *ibid.*
Nata-

INDEX R E R V M

Natatione frequenti si quis utatur, nervi læduntur. 383
 Naturæ calidæ secundum Hippocratem quiescere debent. 256
 Naturæ hominum adeo diversæ sunt, ut nemo alteri prorsus sit similis. 255
 Natura corporibus nostris meatus multos cur dederit. 250
 Naturis calidis quies convenit. 267
 Navigantes sunt magis colorati iis qui in paludibus degunt & qua de causa. 235
 Navigatio an sit exercitatio. 114
 Navigatio quibus morbis auctore Avicenna profit. 235. 380
 Navigatio per flumen facta minus perturbat, quam quæ per mare, & quare quibusdam morbis conveniat. 235
 Navigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur. 234. corpus movet & perturbat. *ibid.* & quare. 235
 Navigatione quinam utantur. 236
 Navigatione sanus factus est Annæus Gallio sanguinem expuens. 235
 Navigationis species sunt multæ, & quæ. 235. 379
 Navigationis modus valetudinariis conveniens qui sit ex Herodoti sententia. 235
 Naumachia expressa. 236
 Naumachiæ cur à Populo Romano sint institutæ. *ibid.*
 Nemei ludi apud Cleonas agebantur. 17
 Nephritici Tralliani sententia lætica uti possunt, & qua de causa. *ibid.*
 Nephriticis navigatio maritima prod-
 est. 381

Nero Imperator gymnasia quando ingrederetur, ut athletas certantes videret. 27. musicum certamen instituit. 210. in lætica cum matre quandoque vehebatur. 376. lamina pectori imposita sub ea cantica exclamabat. 212
 Nicomachus Smyrnæus valde crassus qua via ab Æsculapio sit curatus à nimia illa crassitie. 269
 Numa secundum Plutarchum voluit adorationes sedendo fieri. 188
 Numerus exprimit rerum similitudines. 135

O.

Oculi lachrymantes læduntur sal-
 tatione. 306
 Oculi lippientes, & lachrymosi à quantumvis minimo motu læduntur, quiete vero recreantur. 310
 Oculorum circumvolutiones vertigines pariunt. 309
 Octavius Pantagathus vir doctissimus Vitruvii contextum de palæstra emendavit. 22
 Oleum ex extrinsecus corpori accidentibus. 7
 Olympici ludi Pisis agebantur. 17
 Onera ferentes, si cantent, minus laborant. 357
 Onuphrius Panvinus Veronensis de ludis diligentissime scripsit. 12
 Ophthalmia gravi laborantes Galenus, Trallianus & Ætius gestatione curabant. 374
 Ophthalmiæ lucta nocet. 312
 Orchestica tertia saltatoriæ species in plures partes dividitur. 118. 306
 Orthopnoicos vociferatio juvat. 355
 Or-

M E M O R A B I L I V M.

Orpheus ut Deus ab Alexandro Se-
vero colebatur. 238
Os clausum continere sitim extinguit.
360
Oscellæ. 216 & 217
Otium corporis habitum destruit. 257

P.

Pædotriba secundum Platonem
quis esset. 146
Palæstra Mercurii filia pudendos lo-
cos obtegendi consuetudinem in-
ter mulieres, quæ exercebantur,
invenit. 111
Palæstra quid sit. 23. quid significet.
38. 142. 311. unde nomen ejus. 142.
multas sub se habuit species. 142.
ejus descriptio secundum Vitru-
vium, ac de ejus partibus. 143
Palæstra stomachum frigidis morbis
oppressum liberat. Cælio Aurelia-
no auctore. 312. 316
Paleam hordeaceam quidam urinæ
difficultate laborans per multum
tempus minxit. 5
Pali exercitatio. 196
Panathenaicum quis locus fuerit. 21
Pancratiaestes quis sit ex Aristotelis
sententia. 101. sic etiam vocaban-
tur veri athletæ secundum Gale-
num. 150
Pancratiæ volutatorii imago. 147
Pancratiæ Galenus plurimos sanitati
restituit. 316
Pancratiæ duplex erat. 147. 150
Paralyticis natatio in aquis sponte na-
scentibus facta Cæl. Aureliano au-
thore prodest, & etiam in marinis
aquis. 381

Partibus infernis ab alimento nutri-
mentum non capientibus deambu-
latio facta calcibus incumbendo
prodest. 331
Parvæ pilæ lufiores quomodo se habe-
rent. 123
Paulus Manutius vir doctissimus, &
eloquentissimus. 233
Paulus Rhamnusius vir optimus &
doctissimus. 65
Paulo Rhamnusio multum debent stu-
diosi ob accumbendi formam mon-
stratam in marmore antiquissimo.
66
Pauli Æginetæ sententia de coitu op-
ponitur Galeno & Ætio. 302
Pectoris dolore diuturno laboranti-
bus vociferatio subvenit. 355
Pectoris affectionibus curandis gesta-
tione Ætius utebatur. 375
Pedes debiles & male tutos saltatio
firmat. 306
Peristylia in palæstris quonam pacto
fiebant. 24
Peristylîi interioris ambitus cui cursui
inserviret. 159
Peritonæum debile habentes spiritu
retento læduntur. 353
Persæ victus rationem, & exercitatio-
nem diligenter profitebantur. 254
Persis labores corporis Cyrus instituit
ante cibi sumptionem, & quare. 9
Petauristæ unde dicantur. 216
Petaurum quam haberet figuram. 217
Petronas ægra corpora exerceri judi-
cabat. 266
Petrus Victorius nostræ ætatis orna-
mentum. 170
Pheninda quid & unde dicatur. 121
Philagrius medicus profluvium semi-
nis exercitatione partium superio-
rum

INDEX R E R V M

- rum curabat. 316. cursu Antyl-
lus. 319
- Philander in suis in Vitruvium com-
mentariis ostendit antiquos in stra-
tis cenasse. 63
- Philoctetes dolorem sagittarum ja-
culatione lenibat. 328
- Philosophi in palæstras ad disputan-
dum conveniebant. 23. 30
- Phœbus disco Hyacinthum interfecit.
171
- Phonascia ars, & phonasci magistri.
209
- Phryges invenerunt currus quatuor
rotarum. 225
- Phrynicus ob saltationis excellentiam
ab Atheniensibus Imperator est
electus. 141
- Phrynon dux Atheniensium pancra-
tastes fuit excellentissimus. 152
- Phrenitici lectis pensilibus juvantur,
& qua de causa. 378
- Phthificis vociferatio prodest. 355
- Physicus quomodo corpus humanum
consideret. 13
- Pila robustis corporibus convenit. 274
- Pila trigonalis quænam esset. 130. ejus
utilitas. 310
- Pila paganica quænam esset. 133. qui-
bus conveniat. 310
- Pilæ parvæ lusus in tres species divi-
ditur. 121. 308
- Pilæ magnæ lusus duas habuit species.
123
- Pilæ inanis lusus quis apud antiquos
fuerit. *ibid.* & 308
- Pilæ ludorum quatuor apud Græcos
fuerunt genera, & quæ. 120
- Pilæ lusus secundum Latinos, & ejus
species. 126. 309
- Pilæ parvæ lusus omnes quid præsta-
rent utilitatis corporibus. 308
- Pilæ parvæ exercitatio inter veloces
motus numeratur à Galeno & Pau-
lo. *ibid.*
- Pilæ follis exercitationis figura. 127
- Pilæ magnæ lusus utilitates quæ sint.
129
- Pilæ trigonalis figura. 132
- Pilamalleus quid sit. 220. 365. ejus
utilitas & nocumenta. *ibid.*
- Pilicrepus in gymnasiis quis esset, &
quid ageret. 94
- Pingues quanto magis exercentur,
tanto magis sani sunt, & qua de
causa. 275
- Piscatio navigiis facta est navigationis
species. 237
- Piscatores marini cur pilos rufos ha-
beant. 238
- Piscina publica Romæ ubinam fuerit.
241
- Pittachus Mitylenæus Phrynonem
Atheniensium ducem & pancratia-
stem excellentissimum vicit, ob
quam rem statua in Prytaneo ei
erecta fuit. 152
- Pituitosi vociferatione juvantur. 354
- Platonis sententia de arte gymnastica.
14
- Plato laudat in *V. de republica* ut mu-
lieres nudæ cum viris in palæstra
exerceantur. 29
- Plato secundum quosdam athleta fuit.
104. fuit Hippocratis sectator. 116.
laudavit ut & pueri & virgines, &
mulieres, & homines tam nudo cor-
pore, quam armato exercerentur.
158. scribens statum motui contra-
rium, non prorsus vera locutus est.
186. dicit naturas divinas ex motu
& quiete constare. *ibid.*
- Plauti

MEMORABILIVM.

Plauti versus de antiquorum puerorum moribus in palæstra.	31	Potabant veteres cornibus boum.	69	
Plinii capitum librorum catalogus adulterinus.	30	Potulenta tum cibi tum remedii causa ægrotis exhibentur.	7	
Plinius Secundus scribit athletas aliquando coïtu uti solitos. 110. æstivo tempore post cibum apricabatur.		Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus privabat.	181	
189. ex Vesuvii montis concrematione interiit. <i>ib.</i> dum voce & stomacho laboraret, lectione clara liberatus est. 359. Romæ sella utebatur, ut inter eundū studiis vacaret.	230. 376	Præmia certatoribus cur fuerint instituta.	16	
Plinius Cæcilius vehiculo gestabatur		Prandium apud antiquos quid esset.	62	
373. ejus exercitatio quæ fuerit.	285.	Prasinæ factioni maxima civitatis pars favebat.	222	
corporis sanitatem venationi acceptam referebat.	245. 386	<i>Prasini</i> erant una factio Romana.	221	
Podalirius venatione delectabatur	242	Pratinas poëta cur sit vocatus saltator.	141	
Podagrici saltum debent fugere.	324. 364	Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis & vehementibus curare nitebatur.	332	
Pedagrici Tralliani sententia lectica uti possunt & qua de causa.	376	Priapismum pilæ magnæ lusu Trallianus curabat.	308. atque item haltere.	326
Podagrigo, lenis & remissa juvat deambulatio, & vehemens lædit.	332	Prodicus ægra corpora exerceri judicabat.	266. propter quod ab Hippocrate reprehenditur.	312
Poësis secundum Simonidem est saltatio loquens.	136	Prodicus valetudinis studiosissimus fuit.	272	
Pompeii magni exercitia.	158	Propnigeum in palæstra ubinam erat.	24. 49	
Pons naumachiarius quare sic vocatus sit.	236	Propinatio juxta veterem ritum, in convivio facta ex Rhamnusiano lapide.	69	
Poppæa Domitii Neronis uxor, quid faceret, ut cutis candorem acquireret.	28	Proverbium <i>in arenam descendere</i> unde sit ortum.	18	
Porphyrus philosophus carnis usum cur prohibuit.	252	Proverbium illud (<i>discum quam philosophum audire malunt</i>) unde sit ortum.	30	
Porticus tres extra palæstram quomodo disponentur.	24	Proverbium <i>ne quæras in stadio dolichum</i> .	160	
Porticus erant partes gymnasiorum principales, & quomodo se haberent.	30	Proverbium <i>transire metam</i> .	162	
Porticus Pompejana ad deambulationem ædificata.	182	Proverbium contra eos, <i>qui nec litteras, nec natare sciebant</i> .	238	
Porticus in viridario Vaticano qualis sit.	183	Proverbium à mari & terra sumptum.	380	
		Puellæ sunt ex Platonis sententia	G g g 2 gy-	

INDEX R E R V M

quis fuerit.	136	commensurato humido conserva-	
Saltationum diversa nomina unde sint		tur.	250. 253
orta.	137	Sanitas quot modis consideretur.	265
Saltationum species innumeras recen-		Sanitas medicamentis opportune ad-	
fuerunt Homerus, Plato, Xenophon,		hibitis recuperatur.	252
Aristoteles, Strabo, Plutarchus,	<i>ibid.</i>	Sanitati voluptas est conjuncta.	240
Galenus, Pollux.		Sanus homo nullis legibus se obligare	
Saltatoria facultas in imitatione solo		debet.	92
motu facta consistit.	136	Satyriasm lucta, Theodori Prisciani	
Saltatoriæ exercitationis species, &		authoritate, sanat.	312
ejus divisio.	118	Scabiosis, qua de causa motus vehemens	
Saltus utilitas, quæ sit, Vegetii senten-		convenit.	270
tia.	160. 323	Scabiosis natatio maritima prodest.	
Saltus proprie dictus duplici modo fit.			382
162. & ejus effectus.	324	Sceltyrbis ægritudo Plinii ætate se	
Saltus multæ sunt species.	<i>ibid.</i>	manifestavit.	5
Saltus in altum factus lædit pectus, &		Schola medicorum ubi fuerit, & quid	
coxas juvat.	<i>ibid.</i>	ibi fieret.	26
Saltus humores superfluos evacuat, &		Scimpodium quid sit.	233. 378
loco purgationis, aut phlebotomiæ,		Scribonius Largus Claudii Imperato-	
Galeno authore, fieri potest, si quid		ris medicus scripsit neminem usque	
fit, quod ipsam impediatur.	<i>ibid.</i>	ad sua tempora aquæ formidine liberatum.	4
Saltus factus manibus aliquo pondere		Scribonius Largus medicus tempore	
plenis, quid differat à saltualiter		Tiberii Cæsaris Romæ floruit.	193
facto.	325	<i>Scrimia</i> vulgo sic dicta quidnam apud	
Sanguinis missionem Erasistratus è me-		antiquos esset.	197
dicina auferebat.	249. & seq.	Scythæ omnes fere semper equitatione	
Sanguinis miſtum, aut fluxum quemlibet		utuntur.	221
patientibus saltus obest, & deambulatio.	331	Scythæ invenerunt currus sex rotarum.	225
Sanguinis rejectio spiritu retento non		Secundas saltus educit.	324
curatur, & qua de causa.	353	Sella currulis unde sit orta.	230
Sani homines à medicamentis multum		Sella duplex apud antiquos fuit.	229
læduntur.	252	Sella portatoria quid esset.	<i>ibid.</i>
Sanitas in humorum æqualitate conservatur.	250	Sella à lectica differebat.	230. 376
Sanitas eisdem remediis & amissa recuperatur,		Sella tum cooperta tum non cooperta	
& præsens conservatur Erasistrati sententia.	<i>ibid.</i>	antiqui utebantur.	377
& hujus falsitas.	252	Semen præcalidum emittentes, haltere,	
Sanitas in moderato calore naturali &		Galeno authore, curantur.	325.
			& seq.
			Seminis

MEMORABILIVM.

Seminis fluxum patientes lædit saltatio. 307. & deambulatio. 331	Singultus longa & concitata ambulatione comprimitur. 333. & spiritus cohibitione. 352. & vociferatione. 356. & silentio. 361
Semitertiana febre laborantes in lecti- ta decumbentes vehebantur. 376	Syracusani bis in die saturabantur. 62
Seneca vocat se <i>psychrolutrem</i> . 54	Sitis à silentio extinguitur. 361
Seneca adversus miram anhelandi difficultatem gestatione in vehiculo facta utebatur. 374	Soclarus Epicuro adversatur circa coitum. 302
Senecæ de gestationis, & ambulationis difficultate quomodo sint intelligenda. 372	Socrates ad sanitatem conservandam, & robur acquirendum saltationem exercuit. 141
Senectus quid sit ex Aristotelis sententia. 272	Socrates cantu se exercebat. 358
Senes quonam modo secundum Galeni sententiam debeant curari. 270	Solon vetabat servis unctiones siccas. 36
Senes uti debent laboribus consuetis. 273	Situs conviviorum in Triclinio juxta Horatium. 66
Senes pauciores & remissiores exercitationes sustinent. 274	Somni corpus sanum conservant. 3
Senibus exercendis quatuor sunt consideranda. 271	Somni profundiores contingunt his qui se exercuerunt, & qua de causa. 252
Sensus lucta exacuit. 312	Somni profundi concoctionem meliorem efficiunt, & qua de causa. <i>ibid.</i>
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur. 355	Somnolenti cur sint decolorati. 276
Sergius Orata balnea pensilia invenit. 232	Soranus in curandis diuturnis morbis exercitatione utebatur. 300. & <i>seq.</i>
Sertorius, ut rixas convivarum averteretur supinum se locavit, & ideo facilius trucidatus est. 65	Sostratus Gnidius ambulationem penilem primus omnium Gnidi fecit. 183
Severus Imperator scimpodio vehebatur, dum Britanniam obiret. 233	Spartanorum mulieres una cum viris in palæstris se exercebant. 29. & in balneis una cum viris lavabantur. 55
Sicci homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de causa. 275	Spasmus cynicus cursu removetur. 319
Siccitas nimia exercitationes prohibet. 283	Sphæristerium gymnasii pars quid esset, & quid in ipsa ageretur. 41
Silentium sitim, tussim, & singultum extinguit. 361	Sphæristicus quisnam esset, & ejus onus. 93
Silentium sanguinis rejectioni convenit. 360	Sphæristica est saltationis species, & quid sit & quis eam invenerit. 120
Silimacus medicus fuit Hippocratis sectator. 372	Spectatores subsellia sibi ad spectandum ferebant. 187
	Spiratio

INDEX R E R V M

Spiratio numerosa unde fiat.	320	Stomachi dolorem Theodorus Pri-	
Spiritus cohibitio quid faciat.	263	scianus, & Aretæus gestatione cu-	
ejus species. 204. ejus utilitas, <i>ibid.</i>		rabant.	<i>ibid.</i>
quibus conveniat. 352. ejus nocu-		Stomachi affectionibus curandis ge-	
menta.	353	statione Ætius utebatur.	375
Spiritus cohibitione inter cæteras ex-		Stomacho laborantibus unctiones, ex-	
ercitationes Athletæ duabus de		ercitationes, & vociferationes	
causis utebantur.	205	commendat Galenus.	355
Splenis ægritudinibus ex Ætii senten-		Stomachicos natatio maritima juvat.	
tia cursus est utilis.	318		382
Spleneticos gestatione Theodorus		Strigiles balneorum quid essent, & ex	
Priscianus, & Aretæus curabant.		qua materia fierent.	34
	373	Studia corpus conservant sanum.	7
Spurii apud antiquos magna infamia		Sudores corpus exinaniunt.	<i>ibid.</i>
notabantur & à nobilium commer-		Sudor est motu provocandus, & qua	
cio extrudebantur.	21	de causa.	284
Spurina qua victus ratione uteretur,		Sudor sine motu proveniens deterior	
& exercitio.	272. 287	eo est qui à labore provenit.	297
Sputa corpus exinaniunt.	7	Sudor qua de causa manus exercenti-	
Stadium gymnasii pars.	60	bus ex Aristotelis sententia effluat.	
Stans exercitium.	185		315
Stare majorem corpori laborem af-		Sudor siccus quis fuerit.	34
fert, quam ambulare, & quare. 186		Suetonii locus de remedio arenarum	
Stare calcibus aut summis digitis inni-		& arundinum, Augusti, quomodo	
tendo nihil nisi molestiam affert.		fit intelligendus.	335
	344	Suffusi omnes colores rubeos judicant.	
Stellas deficientes in insomniis viden-			333
tes quomodo ab Hippoc. curentur.		Surditate captos Galenus Trallianus	
	322	& Ætius gestatione curabant.	374
Stephanio fuit inventor togatæ salta-			
tionis.	119		
Stercora corpus exinaniunt.	7		
Stomachace ægritudo Plinii ætate no-			
stro orbi nota facta est.	5		
Stomachus in coquendo debilis à sal-			
tatione corroboratur.	306		
Stomachum frigidis morbis oppres-			
sus curat cursus.	319		
Stomachicos spiritu retento Cælius			
Aurelianus curabat. 353. & vocife-			
ratione. 355. Asclepiades gestatio-			
ne.	373		

T.

Temporis duo sunt genera, quæ ab authoribus medicinæ naturalia nominantur. 282

Temporum constitutiones in exercitandis corporibus, quæ sint vitandæ. 283

Tempus nubilum & obscurum exercitationibus est ineptum. *ibid.*

Tempus serenum & lucidum est exercita-

M E M O R A B I L I V M.

citationibus aptum. *ibid.*
 Tepidarium in balneo quid esset. 46
 Tepidarium & laconicum non sunt
 idem apud Vitruvium. 47
 Tepidarii cur non meminerit Vitru-
 vius loquens de balneis gymnasio-
 rum. 48
 Tetano affectos Hippocrate autore
 aqua frigida affusa liberat. 383
 Themison in curandis diuturnis mor-
 bis exercitatione utebatur. 300
 Themison medicus reprehenditur,
 qui atrophiam laborantes longa am-
 bulatione affligebat. 333
 Themison methodicorum princeps
 coxendicum dolore laborantes
 equitare jubebat. 368
 Theon Alexandrinus de athletica scrip-
 sit. 104
 Thespias poëta saltator cur sit voca-
 tus. 141
 Thessali qua de causa centauri sint vo-
 cati. 221
 Thessalus medicus Neronis ætate flo-
 ruit. 211
 Thoracem exercitatio halterum læ-
 dit. 326. & discus. 328
 Thorax humidus ambulatione facta
 calcibus incumbendo sanatur. 333
 Thorax difficulter spirans deambula-
 tione per acclive facta juvatur, ex
 Antylli sententia. 334
 Timonis Avia duobus mensibus, sin-
 gulis annis in cavernis latitabat. 5
 Titus Imperator lavabatur, ubi &
 plebs. 28. qua de causa sit mortuus.
 53
 Tonfillas patientibus lucta nocet. 313
 Tria erant Romæ loca, ubi litterariæ
 exercitationes fiebant, & quæ. 26
 Triclinium marmoreum vetustissi-

mum Patavii in ædibus Rhamnu-
 fianis. 70
 Tripudia nostra saltationibus anti-
 quorum correspondent & in quo
 ab illis differant. 305
 Trochus Græcus quomodo factus es-
 set nobis est ignotus. 215. & Latinus
ibid. & quibus conveniat. 364
 Tryphon de athletica scripsit. 104
 Tubi per quos circumfunderetur calor
 prodiens ex hypocausto. 49
 Tubicinibus spiritu retento perito-
 næum rumpitur. 353
 Tumores laxos gestatione Ætius cu-
 rabat. 375
 Tussis sicca, spiritu retento, cursu non
 in pulvere facto curatur ex Celsi
 sententia. 319
 Tussis à frigida causa orta spiritus co-
 hibitione curatur. 352
 Tussis à silentio extinguitur. 361
 Tyberius Imperator omnium primus
 coli dolorem expertus. 4. scimpo-
 dio quandoque vehebatur. 233
 Tyrrheni sub eodem tegumento cum
 mulieribus accumbabant. 64. ad ti-
 biam pugnis certabant. 149

V.

Valerius Aper miles cæcus quo re-
 medio, oraculo prænunciante,
 fuerit à cæcitate liberatus. 3
 Valeriola recte putat contra Fuch-
 sum, follem & Corycum differre.
 124
 Valetudinarii quomodo sint exercen-
 di. 270. 294
 Vasarium quid esset. 49
 Varices patientes saltum effugiant.
 324

H h h

Vari-

INDEX R E R V M

- Varices quomodo generentur. 340
 Varicibus laborantes erecti stare non debent. *ibid.*
 Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ. 353
 Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata. 225. Plinii tempore auro & argento erant insignita. *ib.*
 Vehicula variis rebus cooperiebantur. *ibid.* equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur. *ibid.*
 Vela ad excipiendum pulverem in tricliniis suspendi mos. 67
 Venatio non solum corpus, sed & animam delectat. 242
 Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam est utilis. 243
 Venatio quænam fuerit magis apta. 245
 Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret. 246
 Venatio multis instrumentis opus habet & in hoc à pila ex Galeni sententia differt. 385
 Venatio est exercitatio & opus ex Galeni sententia. 386
 Venationes tres sunt ex Platonis sententia. 243
 Venationis equestris utilitas, quæ sit, & quibus obfit. 385
 Venationis multæ sunt species. 245
 Venationis pedestris utilitas, & nocumenta. 386
 Venæ aliquando à saltu valido rumpuntur. 324. & à disci exercitatione. 328
 Venenum cur toxicum sit dictum. 175
 Veneti erant una factio Romana. 221
 Ventres frigidos lucta curat. 312. & curfus. 319
 Venus conservat corpus sanum. 7
 Vertiginosa passio unde oriatur. 333
 Vertiginosi luctam vitare debent. 313 & cursum circularem. 321. 333 & trochum. 364
 Vertiginosos manuum gestulatione curabat Aretæus. 306
 Vertiginosos lædit saltatio. 306. & pilæ lusus. 308. & seq.
 Vertiginosos male curabat Aretæus pugilatu. 315. curabat etiam disci exercitatione. 327
 Vertiginosos gestatione Galenus Trallianus & Aetius curabant. 374
 Veredus erat vehiculi species. *ibid.*
 Verus Imperator primus cum duodecim solemnî convivio accubuit. 66
 Vesicæ lapilli optime saltatione extruduntur. 306
 Viæ apud veteres Græcos quæ sint. 280
 Vigiliæ sanum corpus conservant. 7
 Vigilia laborantes lectica uti possunt. 376
 Viperarum moribus tibiarum moduli profunt, ut Gellius refert se apud Theophrastum invenisse. 357
 Virgo fons tactu erat jucundissima. 58
 Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ. 97
 Viri tantum apud antiquos accumbabant, non mulieres. 63
 Viri apud antiquos quonam modo accumberent. *ibid.*
 Viri nomine quid intelligat hic auctor. 292
 Viri sunt fere omnibus motibus apti. 274
 Visus debilitati, & obscuritati gestatio retroversa facie facta, Avicenna auctore, confert. 374
 Vitruvius floruit ætate Cæsaris Augusti. 29. ejus autoritas apud antiquos

MEMORABILIVM.

quos parva fuit.	30
Vlceribus quiete curandis stare & federe adversantur.	186
Vlceribus internis, Cælio & Celso authoribus, deambulatio remissa, & molliter facta prodest.	332
Vnctione quinam uterentur.	33
Vnctionis materia quæ fuerit.	34
Vnctionis finis.	36
Vnctio post balnea quid præstabat.	37
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum.	<i>ibid.</i>
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui utebantur, & qua de causa.	301
Vocator in convivio quis.	66
Vociferatio quonam modo fieret.	211
Vociferatio quid sit. 206. & quid efficiat.	354
Vociferatione quomodo, & quando debemus uti & vitare.	356
Vociferationis publicæ certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta.	209
Vociferationis finis est multiplex.	210
Vocis abscissio quomodo à Cælio Aureliano curaretur.	212
Vocis species sunt sex.	354
Voci ex humiditate rauæ vociferatio succurrit.	355
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio male habenti vociferatio subvenit.	<i>ibid.</i>
Vomentes vociferatione juvantur.	355
Voracitas immensa, Seneca & Plutarcho authoribus, multas novorum morborum species hominibus genuit.	4
Vox quomodo corrumpitur.	356
Vrania quid.	123
Vrinæ corpus exinanijunt.	7

Vrinæ ardor ex cursu augetur.	321
Vtero convulso ambulatio calcibus incumbendo prodest.	333

X.

Xystarcha quisnam esset.	90
Xyfti & xyfta quid essent in gymnasio.	42

Z.

Zosimus libertus sanguinem rejectans navigatione liberatus est.	235. 380
---	----------

I N D E X

Vocum aliquot Græcarum in Mercuriali occurrentium.

A' Παςς quid sit. 121. 133. ejus utilitas.	310
'Αλήτης mendicum, & etroneum significat.	172
'Αεροχηρῖσθαι quid significet. 198. 348. ejus utilitas.	<i>ibid.</i>
'Αεροχηρῖσθης quid sit.	200
Acrochirismo Celtæ utebantur.	<i>ibid.</i>
Acrochirismus quomodo fieret.	348
'Ασκολιάζειν.	165
Βέμβικον instrumenti vertigo epilepsiam inducit.	365
Γέλας unde dicatur.	361
Γυμνάζεσθαι vox est antiquissima, & denudari significat.	19
Δίπυλον apud Græcos quid sit.	23
Διὰ χοιρίτι ἀναρρίχῶσθαι.	198
Δισκοφόροι qui fiat.	170
'Εκπλιτρίζειν quid significet. 200. ejus utilitas.	348
Κοίναλον quid sit.	34
Κυνομαγεία gymnasium Athenis quid fuerit.	22
Λυχεῖον quid.	<i>ibid.</i>
Συρῆς apud Græcos quid sit.	24
Πάττον quid sit.	34
Πιτυλίζειν quid significet. 201. 261. ejus utilitas.	249
Σκαπάρδα quid esset.	200
Φινίδον quid sit.	121

F I N I S.

Errata sic restituantur.

<i>Pag.</i>	<i>Linea.</i>	<i>Errata.</i>	<i>Lege.</i>
28	25	quemadmodmu	quemadmodum
47	in margine	Lib. 4. Sat. II.	verf. 174. Sat. II.
49	penult.	ære	aëre
50	12	æris	aëris
61	18	mormorum	marmorum
113	32	tamem	tamen
140	29	vocatata	vocata
162	penult.	transfilere	transfilire
176	14	emissifione	emissione
177	14	aëripidem	aëripedem
ibid.	antepen.	specias	species
183	antepen.	Augustini	Augusti
ibid.	ult.	qulatum	bulatum
210	1	monos	manos
229	29	At qui	Atqui
286	22	Avicienna	Avicenna
287	21	vehmentem	vehementem
ibid.	ult.	comitti	committi
313	ult.	angima	angina
349	33	utque	utique
364	ult.	temporibusque	tumoribusque
382	penult.	curtus	certus

$$6-x$$

$$c-x$$

$$a \times c$$

$$b \times c-x$$

$$ab \times \frac{ac+bc-x}{ab} \times x$$

$$\begin{array}{r} 1 \times 6 \\ 1 \times 6-x \end{array}$$

$$\frac{12-x}{2} \times x$$

$$\text{Eg: } 12-x \times x$$

$$12 \times 3x$$

$$4 \times x$$

$$1-6$$

$$1-6-x$$

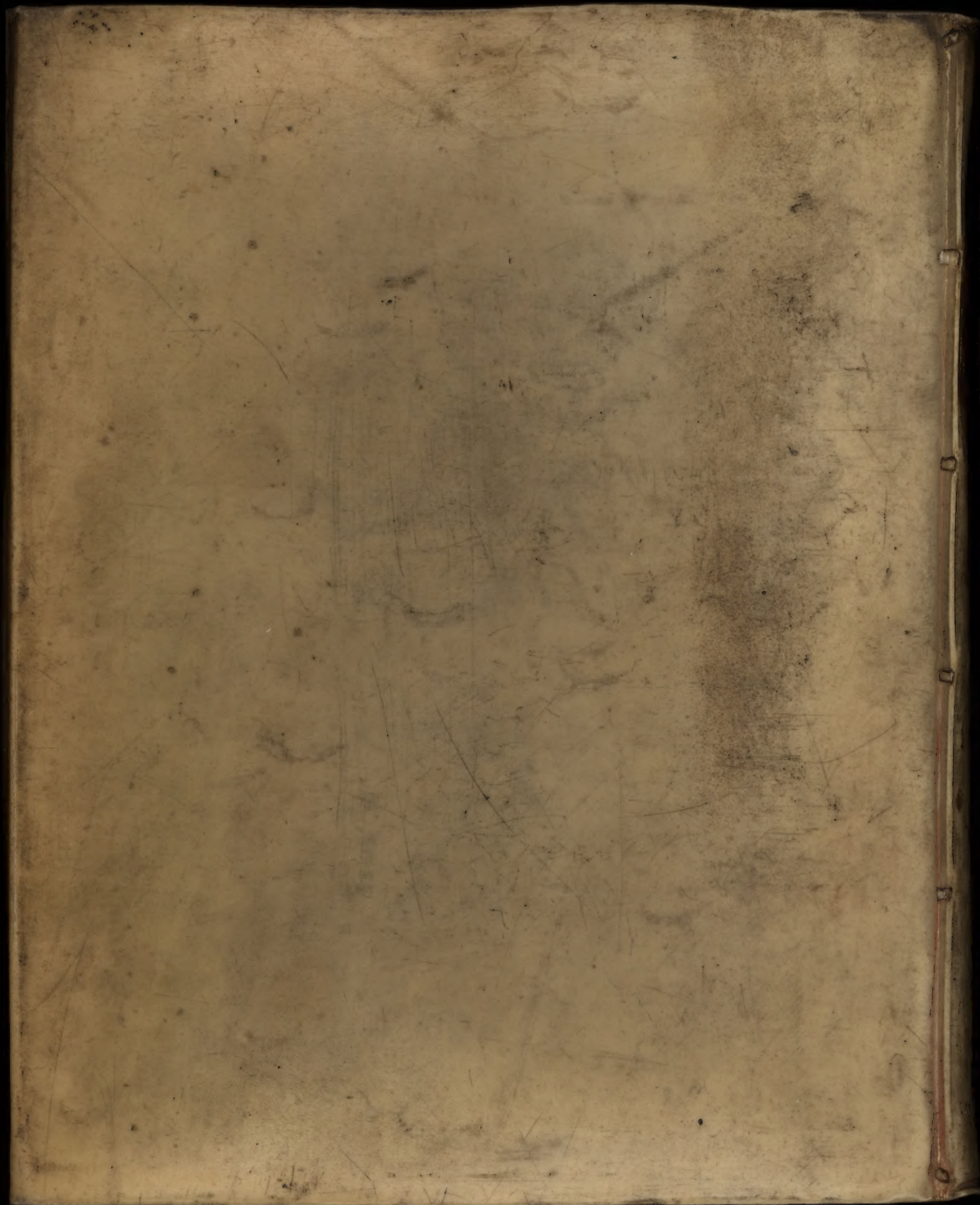
$$\frac{36-x}{6} \times x$$

$$1x \times 36$$

$$x \times 36 \left\{ \frac{1}{2} \right\}$$

=0=
+

Deighton Bell
L.B.E.
1971



HIERONIMUS
JERCURIALIS
DE ARTE
GYMNASTICA